فرائیڈ اور لاشعور

مُصنف: ایم اے قریشی

مجلسِ ترقّیِ اَدب کلب روڈ ○ لاہور

فرائیڈ اور لاشعور
مصنف: ایم اے قریشی
مجلس ترقی ادب لاہور

فرائیڈ اور لاشعور

مصنف

ایم اے قریشی

مجلسِ ترقّیِ ادب ۲-کلب روڈ، لاہور
فون: ۶۳۶۸۲۱۸، ۶۳۶۳۸۴۴، ۰۴۲-۹۴۳۷۰۹۹۰
فیکس: ۰۴۲-۶۳۶۸۲۱۷، ای میل- majlis_ta@yahoo.com

فرائیڈ اور لاشعور۔ از ایم اے قریشی

طباعتِ دوم: مئی ۲۰۰۷ء/جمادی الاول ۱۴۲۸ھ۔ تعداد: ۱۱۰۰

[اشاعتِ اوّل: مارچ ۱۹۶۳ء۔ تعداد: ۱۱۰۰، صفحات: ۴+۴+۱۹۵۔ تقطیع: ۱۸×۱۲ س م۔ قیمت: تین روپے]

قریشی، ایم اے فرائیڈ اور لاشعور/از ایم اے قریشی۔ لاہور مجلسِ ترقّیِ ادب۔ مئی ۲۰۰۷ء/جمادی الاوّل ۱۴۲۸ھ اشاعتِ دوم۔ تعداد: ۱۱۰۰۔ ۱۲۵ص۔ قیمت: ۹۰ روپے

ناشر : شہزاد احمد
ناظمِ مجلسِ ترقّیِ اَدَب، لاہور

اہتمامِ اشاعت : اشرف جاوید

مطبع : ایس بی پرنٹرز، ڈیوس روڈ، لاہور

قیمت : ۹۰ روپے

☆☆☆☆☆☆☆

یہ کتاب محکمۂ اطلاعات وثقافت وامورِ نوجوانان، حکومت پنجاب کے تعاون سے شائع ہوئی۔

فہرست

❖

پیش لفظ

اردو زبان میں فرائیڈ اور لاشعور پر سینکڑوں مضامین اور کئی ایک کتابیں لکھی جا چکی ہیں لیکن ابھی تک کسی تجزیہ کار نے اس موضوع پر قلم نہیں اُٹھایا تھا۔ مظفر قریشی صاحب نے جو کہ پاکستان کے ایک ممتاز تجزیہ کار ہیں، اپنے طویل اور گوناگوں تجربے کی مدد سے اس کتاب میں فرائیڈ کے نظریات اور خیالات کو روشن کیا ہے۔ اس لحاظ سے یہ کتاب اردو زبان میں ایک نادر حیثیت رکھتی ہے۔

فرائیڈ کی زندگی دراصل تجزیۂ نفسی کے بچپن کی زندگی ہے۔ فرائیڈ نے جن مسائل کو حل کرنے اور جن منازل کو طے کرنے کی سعی وکاوش کی، اُن کے بیان کے بغیر تجزیۂ نفسی کے تصورات کو پوری طرح سمجھنا دشوار ہے۔ ابھی تک لوگ تنویم اور تجزیۂ نفسی کے فرق سے آشنا نہیں ہیں۔ ابھی تک پڑھے لکھے خواتین وحضرات تجزیۂ نفسی کو علم النجوم اور دست شناسی کے تصورات سے علیحدہ نہیں کر سکے۔ مداری کے کرتب اور صوفی کی کرامات کے ساتھ بھی اس علم کے تصور کو الجھایا جاتا ہے۔ اس لیے غالباً یہ لازمی تھا کہ تجزیۂ نفسی جن علوم وفنون کے پس منظر سے اُبھرا ہے اُن کا بھی مختصراً ذکر کر دیا جائے۔ تنویم اور تجزیۂ نفسی میں وہی فرق ہے جو بیج اور پھل میں ہوتا ہے۔ پھل کی اپنی ایک منفرد شخصیت ہے جو کبھی بیج کی نوعیت کے تصور میں نہیں ڈھالی جا سکتی۔

اس کتاب کی دو صفتیں بالخصوص قابلِ ذکر ہیں:

۱۔ قریشی صاحب نے اکثر و بیشتر نظریات کی تشریح کے ضمن میں اُن ذہنی مریضوں کی مثالیں

دی ہیں جو گورنمنٹ کالج لاہور کلینک میں اُن کے زیرِ علاج رہے ہیں۔ ان مریضوں کا ثقافتی اور تمدنی پس منظر اُس پس منظر سے بدرجہ اتم مختلف ہے جو فرائیڈ اور اس کے ہم عصروں کے مریضوں کو میسر آتا تھا۔ ثقافتی اور تمدنی اختلاف مرض کی نوعیت اور اُس کی توجیہ کے لحاظ سے کہاں تک اہم ہے، جدید نفسیات کے لیے یہ ایک بنیادی سوال ہے۔ فرائیڈ بذاتِ خود اس فرق کو زیادہ اہم نہیں سمجھتا تھا اور شاید جہاں تک اساسی محرکات اور تصورات کا تعلق ہے یہ فرق اتنا اہم ہے بھی نہیں، لیکن ثقافتی فرق مرض کی نوعیت کے تعین کے لحاظ سے نہایت اہم ہے اور یہ فرق جابجا اس کتاب میں نظر آتا ہے۔

۲۔ دوم یہ کہ اس کتاب کا پیرایۂ بیان نہایت سلیس اور سادہ ہے۔ اس میں کہیں نفسِ مضمون کو اصطلاحوں کے بوجھ تلے دبایا نہیں گیا، بلکہ طرزِ تحریر کو آسان، دلچسپ اور شگفتہ رکھنے کی کوشش کی گئی ہے۔ کہیں کوئی خیال محض مجرد حیثیت میں نظر نہیں آتا، بلکہ اُسے امثلہ اور واقعات کے ذریعے روشن اور واضح کر دیا گیا ہے۔ اس اندازِ تحریر کا نتیجہ یہ ہے کہ یہ کتاب ماہرین اور اساتذۂ نفسیات کے لیے بھی اُسی قدر مفید ہے جس قدر کہ مبتدیوں کے لیے۔

اس کتاب میں اُن مباحث کا ذکر نہیں جو فرائیڈ کی زندگی ہی میں 'لاشعور' کے تصور کے متعلق پیدا ہوئے تھے۔ اس کمی کی وجہ غالباً یہ ہے کہ اس ذکر سے کتاب کی منطقی ترتیب میں الجھاؤ پیدا ہونے کا خدشہ تھا لیکن قریشی صاحب نے ان مباحث کا کہیں کہیں ضمناً ذکر کر دیا ہے، مثلاً وہ لکھتے ہیں:

> ''خوابوں کا مطالعہ ہمیں انسان کی ذہنی ترقی کی ابتدائی منازل کا بھی پتا دیتا ہے۔ یہ سب بگڑی ہوئی شکلیں دراصل زمانہ قدیم کے طریقۂ اظہار کی یادگاریں ہیں جو لاشعور میں دبی رہتی ہیں۔ سوتے وقت ذہنی تنزل کی وجہ سے، جب تہذیب کی ابتدائی منازل دہرائی جاتی ہیں تو ہم ایسی شکلیں دیکھتے ہیں جو دبے رہنے کی وجہ سے اور بھی مسخ ہو جاتی ہیں۔''
>
> (صفحہ ۶۵)

فرائیڈ نے لاشعور کے اس تصور کی صحت کو تسلیم تو کیا تھا، لیکن پوری طرح اس کی عملی

اہمیت کو نہیں پہچانتا تھا۔ اس تصور کی عملی اہمیت کو سب سے پہلے ژنگ (Jung) نے اور بعد میں کسی حد تک فرائیڈ کی پیرو میلینی کلائن (Melanie Klein) نے تسلیم کیا تھا۔ میں نے اس تصور کا اس لیے بالخصوص ذکر کیا ہے کہ اسے صحیح تصور کرنے سے تجزیۂ نفسی کے روایتی اسلوب میں نہایت اہم اور بنیادی تبدیلیاں رونما ہوئی ہیں۔ فرائیڈ نے اس تصور کو صحیح تو مانا، لیکن اس سے جو منطقی نتائج اخذ ہو سکتے تھے، انھیں اخذ نہیں کیا اور اگر کسی اور نے نتائج اخذ کر لیے تو انھیں قبول کرنے سے حتیٰ الامکان گریز کیا۔

آخر میں مَیں مظفر قریشی صاحب کو اس نہایت اہم اور جامع کتاب لکھنے پر مبارکباد پیش کرتا ہوں۔

محمد اجمل

ایم۔اے۔پی۔ایچ۔ڈی (لندن)

صدر شعبۂ نفسیات۔ گورنمنٹ کالج، لاہور

باب اوّل

فرائیڈ زمانہ حال کا سب سے بڑا ماہر نفسیات اور ذہنی معالج سمجھا جاتا ہے۔ اس نے ذہنی امراض کا نفسیاتی علاج نہ صرف دریافت کیا، بلکہ اسے پایۂ تکمیل کو بھی پہنچایا۔ چناں چہ اس وقت فرائیڈ ان معدودے چند ہستیوں میں شمار کیا جاتا ہے جنھوں نے اپنے کارناموں سے بڑے بڑے انقلابات پیدا کیے۔ فرائیڈ کا حلقۂ عمل بڑا وسیع تھا۔ اس نے اپنے نظریے سے نہ صرف طبی دنیا میں ہلچل پیدا کی بلکہ ادب، مذہب، اخلاقیات اور سوسائٹی کے بنیادی اصولوں کو، جو پہلے خیالی اور مصنوعی بنیادوں پر رکھے ہوئے تھے، اس طرح افشا کیا کہ پہلے دنیا تلملا اُٹھی لیکن پھر آہستہ آہستہ وقت نے اسے ان کی سچائی مان لینے پر مجبور کر دیا لیکن کئی حلقوں میں مخالفت اب بھی جاری ہے۔ فرائیڈ خود لکھتا ہے کہ شاید میری قسمت میں یہی لکھا تھا کہ میں کوئی ایسی چیز دریافت کروں گا جس کی وجہ سے میری شدید مخالفت ہوگی۔

فرائیڈ کے نظریات کو سمجھنے کے لیے صرف ذہانت ہی کی نہیں بلکہ جذباتی پختگی کی بھی ضرورت ہے۔ جہاں فرائیڈ کی تعریف و تکریم ہوئی وہاں اُسے نفرت و حقارت کی نگاہ سے بھی دیکھا گیا۔ اکثر لوگ باوجود ذہن ہونے کے فرائیڈ کو سمجھنے سے معذور رہتے ہیں۔ اس کی وجہ، اس کے سوا اور کچھ نہیں ہوتی کہ اُسے پڑھنے سے غیر شعوری طور پر اُن کے اپنے دبے ہوئے جذبات بیدار ہو جاتے ہیں اور طبیعت میں ہیجان پیدا ہو جانے سے وہ بے اختیار گھبرا سے اُٹھتے ہیں۔ اسی گھبراہٹ میں وہ کتاب پھینک دیتے ہیں یا اسے فضول اور نکما سمجھ کر الگ رکھ چھوڑتے ہیں۔ یہ ایک عام تجربے کی بات ہے کہ لوگ وہی چیز دیکھتے یا پڑھتے ہیں جسے دیکھنا اور پڑھنا انھیں پسند ہوتا ہے یعنی وہ غیر شعوری طور پر کئی چیزیں دیکھتے ہوئے بھی نہیں دیکھتے یا پڑھتے

ہوئے بھی نہیں سمجھتے، چنانچہ فرائیڈ جب اُن کے دبے ہوئے جذبات کو چھیڑتا ہے تو گھبراہٹ پیدا کرنے والی چیز تو انہیں نظر نہیں آتی یا وہ اُسے معمولی سی سمجھ کر ٹال جاتے ہیں یا اس نظریے سے نہیں دیکھتے جس سے فرائیڈ انھیں دکھانا چاہتا ہے۔ نتیجہ یہ کہ باوجود کثیر مطالعہ کے کچھ اُن کے پلے نہیں پڑنے پاتا۔ اپنی جذباتی اُلجھنوں کے باعث اُن کی محدود سمجھ فرائیڈ کو بھی محدود بنا لیتی ہے۔ چنانچہ وہ اپنے خود پرستانہ (نرگسیتی) انداز میں فرائیڈ کو مسترد کر کے اپنے ذہنی قید خانے ہی میں بند رہنے کو ترجیح دیتے ہیں کیونکہ وہاں انھیں عافیت کا احساس ہوتا ہے۔ اُن میں اتنی صلاحیت نہیں رہتی کہ اپنے کو سمجھیں اور اپنی اصلاح کی کوشش عمل میں لائیں۔ اپنی کمزوری کو پہچاننا اور مان لینا بڑے حوصلے کا کام ہے۔ وہ اپنے ان نظریوں کو غیر شعوری طور پر صحیح سمجھنے پر مجبور ہوتے ہیں۔ اُن کی حالت بالکل اُس کبڑی بڑھیا کی سی ہوتی ہے جس نے اپنا عیب درست ہوجانے پر اس بات کو ترجیح دی تھی کہ سب اس کی طرح کبڑے ہوجائیں۔

پیشتر اس کے کہ فرائیڈ کے لاشعور کے نظریے کے متعلق کچھ کہا جائے، یہ زیادہ مناسب معلوم ہوتا ہے کہ اس نظریے کے پس منظر کا کچھ ذکر کردیا جائے، تاکہ اُس کی روشنی میں فرائیڈ کے نظریے کو اچھی طرح سمجھا جاسکے۔

انسانی ذہن میں لاشعوری موجودگی کا احساس زمانہ قدیم سے چلا آرہا تھا لیکن ان لوگوں کا طریقۂ اظہار کسی قدر مختلف تھا۔ فرائیڈ نے اُسی نظریے کو سائنٹیفک طریق سے پیش کر دیا۔ پرانے فلسفی اور مشہور ادیب اسے محسوس کر چکے تھے اور اپنے فلسفے، ڈراموں اور کہانیوں میں بھی پیش کر چکے تھے، جو مصنفین پیدائشی ماہرینِ نفسیات ہیں اور جن کی نظریں نفسِ انسان کی گہرائیوں کی خبر لاتی ہیں، ان میں سے چند کے نام یہ ہیں: نیٹشے(Neitzsche)، گوئٹے (Goethe)، صوفوکلیز(Sophoclise)، شیکسپیئر(Shakspere)، بلزاق (Balzac)، فلوبئیر(Fluaber)، دوستوفسکی(Dostoyevsky)، ٹولسٹائے (Tolstoy)، کرکگارڈ(Kierkegarred) وغیرہ۔ ایک تو اس کتاب کا حجم اجازت نہیں دیتا بلکہ ان سب مفکروں کے متعلق کچھ لکھا جائے، دوسرے اس کتاب کا مقصد صرف اتنا ہے کہ ذہنی بیماریوں کے علاج کے متعلق کچھ لکھا جائے جن سے فرائیڈ کی معلومات بہت زیادہ تعلق

رکھتی ہیں۔

آگے چل کر ہم دیکھیں گے کہ فرائیڈ کے نظریے کا بیج، اُس کے زمانے سے بہت پہلے بویا جاچکا تھا۔ جب یہ ذمہ داری اس نے سنبھالی تو اس وقت یہ پودا بہت ننھا اور کمزور تھا۔ یہ سب فرائیڈ کی کوششوں کا نتیجہ ہے کہ یہ اتنا بڑھا اور پھولا۔ اب دنیا میں لاکھوں مایوس العلاج اور بےسہارا مریضوں کو نئی زندگی بخش رہا ہے۔

نفسیاتی خلل اعصاب(Psycho-neurosis) کی بیماری کا علاج دراصل سولہویں صدی عیسوی میں شروع ہوگیا تھا۔ جب پیراسیلس (Paracalous) پہلے پہل یہ سمجھا کہ انسانی صحت پر ستارے اثر انداز ہوتے ہیں۔ اس کے بعد میسمر(Mesmer)، جو آسٹریا کا ایک طبیب تھا، 1760ء میں پیراسیلس کے اس نظریے سے بہت متاثر ہوا۔ چند سال بعد، جب کہ ستاروں کے مقناطیسی اثر کا نظریہ اُس کے ذہن پر چھایا ہوا تھا، میسمر نے ذہنی بیماریوں کا علاج مقناطیسی پتریوں(Magnetized Plates) کے ذریعے ہوتے دیکھا۔ اسے خیال آیا کہ دھات کی پتری کی طرح انسانی ہاتھ بھی مقناطیسی اثر پیدا کرسکتا ہے، چنانچہ حیوانی مقناطیسی(Animal Magnetism) کی اصطلاح، انسانی جسم کے مقناطیسی اثر کا اظہار کرتی ہے۔ پیرس اس زمانے میں بھی علم وادب کا مرکز تھا۔ وہاں اس نظریے کو بہت قدر کی نگاہوں سے دیکھا جاتا تھا۔ میسمر وہاں پہنچا تو بہت سے مریضوں نے اس سے رجوع کیا جن پر اس نے اپنا طریقۂ علاج آزمایا اور کامیابی حاصل کی۔ اسی طرح جلدی ہی یہ نیا طریقۂ علاج میسمریزم کے نام سے مشہور ہوگیا۔

میسمر اپنے مریضوں کو ایک گول ٹیوب کے اردگرد بٹھا دیتا تھا۔ اس ٹیوب میں مقناطیسی کشش والا لوہے کا برادہ بھرا ہوتا تھا اور اس میں سے لمبی لمبی سلاخیں باہر چاروں طرف نکلی تھیں۔ یہ سمجھا جاتا تھا کہ مقناطیسی اثر لوہے کے برادے اور سلاخوں میں سے ہوتا ہوا مریض کے جسم میں داخل ہوجاتا ہے۔ اس عمل کے ذریعے مریضوں کی جو حالت ہوتی، اس کا بھی کچھ تذکرہ ملتا ہے۔ کئی مریض بےہوش ہوجاتے اور بعض خوب چیختے اور شدید بےچینی کا اظہار کرتے۔ ان میں سے کئی اس طرح چیختے چلاتے کہ ٹھیک ہوجاتے اور اگر بالکل ٹھیک نہ بھی

ہوتے تو کم از کم اتنے تندرست ضرور ہو جاتے کہ میسمر کی عزت پر حرف نہ آنے پاتا۔

کچھ عرصہ بعد ڈاکٹروں نے میسمر کی سخت مخالفت شروع کر دی۔ نتیجہ یہ ہوا کہ اس طریقۂ علاج کی تحقیق کے لیے ڈاکٹروں کا ایک سرکاری کمیشن مقرر کر دیا گیا۔ اس کمیشن نے میسمر کی قابلیت اور کامیابی تو تسلیم کر لی، مگر اس نظریے پر برابر غور کرتے رہے کہ مقناطیسی اثر مریضوں کو تندرست کیسے کر دیتا ہے۔ بہت تحقیقات کے بعد کمیشن اس نتیجہ پر پہنچا کہ مریض کسی مقناطیسی اثر سے نہیں بلکہ اپنے ہی خیالات کی بدولت تندرست ہو جاتے ہیں۔ اس مخالف رپورٹ کی بنا پر میسمر کو مجبوراً پیرس چھوڑنا پڑا، مگر اُس کے چلے جانے کے بعد بھی پیرس میں یہ طریقۂ علاج جاری رہا۔

میسمر کے پیروؤں میں سے سب سے زیادہ مشہور مارکس ڈی پوئیسگر (Marquis de Puysegur) تھا۔ اس نے ایک بہت اہم دریافت یہ کی کہ مریض کو ہپنوٹائز (Hypnotise) بھی کیا جا سکتا ہے، یعنی اس پر وجد کی کیفیت طاری کی جا سکتی ہے، اور ایسی صورتوں میں جاگنے پر وہ افاقہ محسوس کرتا ہے۔ پوئیسگر نے یہ بھی دیکھا کہ مقناطیسی کشش صرف انسانی ہاتھ میں نہیں بلکہ درختوں میں بھی پیدا کی جا سکتی ہے، چنانچہ مریض اگر ان درختوں کے نیچے کھڑا ہو تو اس کو شفا ہو جاتی ہے۔ پھر فرینکلن (Franklin) نے تجربے کے طور پر لوگوں سے یہ کہنا شروع کیا کہ فلاں فلاں درخت مقناطیسی اثر رکھتا ہے۔ چنانچہ چند لوگ اُن درختوں کے نیچے کھڑے ہوئے تو اسی طرح تندرست ہو گئے جیسے پوئیسگر کے مقناطیسی درختوں کے نیچے کھڑے ہونے سے ہوتے تھے۔ اس تجربے نے فرینکلن کو یقین دلا دیا کہ ایسی صورتوں میں صحت، مریض کے اپنے ہی خیالات کا نتیجہ ہوتی ہے لیکن اس انکشاف کے باوجود میسمر کے جانشین اپنے کام میں کامیابی کے ساتھ برابر مصروف رہے۔

1820ء کے تھوڑے عرصہ بعد میسمریزم کی شہرت کا ایک اور دور آیا، جس کی وجہ سے یہ ضروری سمجھا گیا کہ اس علاج کی کارگری کی تحقیقات از سر نو کی جائے۔ اس دوران میں یہ طریقۂ علاج انگلستان، جرمنی اور امریکہ تک پہنچ چکا تھا اور وہاں کئی مقامات پر اس کے کرشمے دکھائے جا رہے تھے۔ یہ نئی کمیٹی کئی سال اس نئے طریقۂ علاج اور اُس کے نتائج کا مطالعہ کرتی

رہی۔ آخر اسے اس کے سوا کوئی چارہ نظر نہ آیا کہ اس کی کارگری کو تسلیم کر لے۔ علاوہ ازیں اسی سلسلے میں چند ایسے حیرت انگیز کارنامے بھی اُن کی نظر سے گزرے جن کو سمجھنا کسی طرح اُن کے لیے ممکن نہ تھا۔ مثال کے طور پر کسی کے دل کی بات بتانا، بند خط کو پڑھ لینا، انگلیوں سے دیکھنا یعنی بند آنکھوں کے ساتھ انگلیوں کے ذریعے کچھ محسوس کر کے بتا دینا وغیرہ وغیرہ لیکن مقناطیسی کشش کے متعلق کمیٹی کوئی قطعی رائے قائم نہ کر سکی۔ میسمریزم کی کامیابی کو جھٹلانے کا سب سے آسان طریقہ یہ تھا کہ کہا جائے ''یہ سب دھوکہ بازی ہے'' تیسری کمیٹی بھی اسی نتیجہ پر پہنچی۔ اس قسم کی تحقیقات بار بار ہونے کا یہ اثر ضرور ہوا کہ میسمریزم کا عمل بہت بدنام ہو گیا لیکن پھر بھی لوگوں کو اس سے دلچسپی ضرور رہی۔

انگلستان میں اُس زمانے میں ایلیٹسن (Elliotson) میسمریزم کا بہت مشہور عامل تھا اور اُس کے صحیح ہونے پر ایمان رکھتا تھا۔ اس نے مخالفین کو کھلی دعوت دی کہ جو چاہے آئے اور اس عمل کو غلط ثابت کر کے دکھائے۔ یہ شخص اس قسم کے مظاہرے کرتا کہ مثلاً ایک پیسے میں مقناطیسی کشش پیدا کر کے اسے جسم کے پُر درد حصے پر لگاتا جس سے مریض کی تکلیف رفع ہو جاتی۔ اس عمل کو غلط ثابت کرنے کی غرض سے لوگوں نے فرینکلن (Franklin) کی طرح پھر تجربے کیے، تو پیسہ بغیر کسی مقناطیسی اثر کے بھی مطلوبہ نتیجہ پیدا کرنے لگا۔ اس قسم کے تجربات کی بنا پر معلوم ہو گیا کہ فی الحقیقت مریض کا ذاتی اعتقاد بروئے کار آتا ہے اور اس مخصوص صورت میں وہ اس اعتقاد کے باعث شفا پا جاتے ہیں کہ ''پیسہ مقناطیسی کشش رکھتا ہے اور یہی کشش اس کی کامیابی کی ضامن ہے۔''

میسمریزم پہلے ہی لوگوں کی نظروں سے گر رہا تھا۔ جب علم کاسہ سر (Phrenology)، یعنی انسانی کھوپڑی کی بناوٹ سے یہ اندازہ لگانا کہ وہ کس قسم کا انسان ہے، بالکل غلط ثابت ہوا تو میسمریزم کو ایک اور شدید ضرب پہنچی۔ ایک سرجن بریڈ (Braid) نے 1841ء میں میسمریزم کے کچھ ایسے مظاہرے دیکھے جنھیں کسی طور پر فریب یا شعبدہ بازی سے تعبیر نہیں کیا جا سکتا تھا۔ اُس نے ایک نوجوان لڑکی کو وجد میسمریزم کی کیفیت میں دیکھا کہ وہ بے خودی ہو گئی۔ اپنے ایک بازو میں ڈاکٹر بریڈ کو تھام کر بلا تکلیف محبت کا اظہار کیا اور دوسرے ہاتھ سے دو

نوجوان مردوں سے اس طرح لڑی کہ ان میں سے ایک کو زمین پر دے مارا اور ایسی ایسی حرکات کیں کہ دیکھنے والے ششدر و متحیر رہ گئے مگر جوں ہی وہ اپنی تنویم کی کیفیت سے باہر آئی تو وہ بہت سراسیمہ ہوئی اور شرم و حیا کے مارے زار و قطار رونے لگی۔ ڈاکٹر بریڈ یہ دیکھ کر بے حد حیران ہوا۔ اب کی دفعہ تو یہ کیفیت پیدا کرنے کے لیے مقناطیسی کشش بھی استعمال میں نہیں لائی گئی تھیں۔ تاہم ڈاکٹر بریڈ نے اس کیفیت کی وجہ طبعی ہی قرار دی۔ اُس کے بعد اُس نے نیند کی سی کیفیت پیدا کرنے کے کئی دوسرے طریقے آزمائے مگر وقت گزرنے کے ساتھ ساتھ اُسے احساس ہوتا گیا کہ ایسی کیفیت صرف جسمانی امداد ہی سے پیدا نہیں کی جا سکتی، اس کے ساتھ خیالات کا اثر پڑنا بھی لازمی ہے۔

جوں جوں وہ اس نظریے پر کام کرتا رہا اس کا احساس اس یقین کی شکل اختیار کرتا گیا کہ اس میں نفسیات کا دخل زیادہ ہے۔ اس کے ساتھ ہی عمل توجہ (Suggestion Theory) کا خیال بھی اس کے ذہن میں رہا۔ اس سے بیس (20) سال پیشتر برٹرینڈ (Bertrand) عمل توجہ کا نظریہ پیش کر چکا تھا، مگر اس کا استعمال خود اس کے سوا اور کسی نے نہ کیا تھا۔ اس کے ساتھ برٹرینڈ نے ہپنوٹزم (Hypnotism) کا اصول بھی بیان کر دیا، جو 1850ء کے قریب شروع ہو چکا تھا لیکن اب بھی کئی ڈاکٹر ایسے تھے جو اسے دھوکہ بازی ہی سمجھتے رہے مگر ڈاکٹر بریڈ (Braid) کے بعد لوگوں کو یقین ہو گیا کہ یہ سب مخلوط قسم کا نفسیاتی اور طبعی کرشمہ ہے۔

سیلون (Ceylon) کے ایک سرجن، اسڈیل (Esdaile) نے ایک نیا تماشہ دکھا کر بہت سے ڈاکٹروں کو متوجہ کر لیا۔ اُس نے کئی مریضوں کو ہپنوٹائز کر کے ان کے آپریشن کیے تو انہیں نشتر کی تکلیف قطعی محسوس نہ ہونے پائی لیکن اسی زمانے میں کلوروفارم دریافت ہو گیا۔ اس لیے اسڈیل (Esdaile) کے اس طریقہ کار کی کوئی ضرورت باقی نہ رہی مگر اس کا اثر اتنا ضرور ہوا کہ لوگوں نے ہپنوسز کی اہمیت کو زیادہ محسوس کرنا شروع کر دیا۔

دوسرا بہت بڑا قدم نینسی کے ڈاکٹر لیبول (Liebeault of Nancy) نے اُٹھایا۔ اس نے ریڈ ہی کے طریقہ عمل پر چلتے ہوئے عمل توجہ پر باقاعدہ اس طرح کام کیا جو پہلے کبھی نہ ہوا

تھا اور ساتھ ہی اُس کو بالترتیب شکل بھی بخشی۔ لیبول اور اُس کے شاگرد برنہیم (Bernheim) کے لیے 'عمل توجہ' ایک طریقہ عمل کا نام تھا۔ انہوں نے اپنے تجربات کی بنا پر انکشاف کیا کہ میسمریزم یا ہپنوٹزم کے عامل کے حکم یا اُس کی بات کو معمول، بغیر سوچے سمجھے یا کسی قسم کی نکتہ چینی کے قبول کر لیتا ہے۔ اُس کے ذریعے مریض کے اندر صرف معمولی تبدیلی ہی پیدا نہیں ہوتی بلکہ عامل کی باتوں (Suggestion) پر اعتقاد، بہت سے مریضوں کو تندرست بھی کر دیتا ہے۔ ساتھ ہی اُن کا نقطۂ نظر اور طرزِ عمل بھی بدل جاتا ہے۔ برنہیم (Bernheim) نے بعد میں یہ بھی ثابت کیا کہ بہت سی عام بیماریاں، مثلاً ہسٹیریا (Hysteria) وغیرہ ایسی ہیں جن کی کوئی طبعی وجہ نہیں ہوتی۔ ان میں مبتلا ہو کر مریض یہ سمجھ بیٹھتا ہے اور اُسے پورا احساس ہو جاتا ہے کہ وہ فلاں کام نہیں کر سکتا یا فلاں بیماری میں مبتلا ہے۔ اس لیے وہ طبعی طور پر تندرست نہیں وغیرہ وغیرہ۔ اپنے اس وہم کی بنا پر وہ ناکارہ ہو جاتا ہے اگر اسے بار بار یہ کہا جائے کہ "تم بالکل تندرست ہو" تو وہ واقعی تندرست ہو جاتا ہے۔ اسی طرح اگر کسی تندرست آدمی کو بار بار کہا جائے کہ "تمہاری ٹانگیں بے کار ہو گئی ہیں اور تم چل نہیں سکتے۔" تو وہ فی الحقیقت چلنے پھرنے سے معذور ہو جائے گا۔ اسی طرح اگر کہا جائے کہ "تم اندھے ہو" تو واقعی وہ دیکھ نہیں سکے گا، وغیرہ وغیرہ۔ اس سے ظاہر ہے کہ اگر محض ایک قسم کے خیالات، انسان میں نقص پیدا کر سکتے ہیں تو دوسری قسم کے خیالات اسے ٹھیک بھی کر سکتے ہیں۔ گویا انسان طرح طرح کے خیالات قبول کر سکتا ہے۔ اسی طرح باتوں (Suggestions) یا خیالات کا اثر انسان کی یادداشت پر بہت گہرا ہو سکتا ہے۔ اس نظریے پر لیبول اور اس کا شاگرد برنہیم بہت تحقیقات کرتے رہے اور آخر کار ان ہی کے نظریات پیرس کے نینسی سکول (Nancy School) کی سنگِ بنیاد بنے۔ پھر وہاں کے ڈاکٹروں نے ہپنوٹزم کے طریقوں پر غور و خوض کیا اور انھیں ایک باقاعدہ شکل دی۔ آخر میں عمل توجہ (Suggestions) کے ذریعے نیند کی سی حالت پیدا کرنے کو بہت اہمیت دی۔ اس قسم کا سکتہ یا نیند کی سی حالت پیدا کرنے کے لیے انہوں نے ڈاکٹر بریڈ (Braid) کی طرح کوئی طبعی طریقہ استعمال نہیں کیا، بلکہ باتوں کے ذریعے ہی ایسی کیفیت پیدا کر کے مریضوں کا علاج کرتے رہے۔

انیسویں صدی کے آخر میں نینسی سکول (Nancy School) میں ایک اور نظریہ

پیش ہوا کہ مریض دراصل ڈاکٹر ہی کے خیالات کو اپنا لیتا ہے۔ ڈاکٹر کے خیالات اُس کے اپنے خیالات بن جاتے ہیں۔ اس طرح ایک تو مریض کے اپنے نئے خیالات اور دوسرے صحت مند ہونے کی خواہش، دونوں باتیں مل کر اُسے تندرست کر دیتی ہیں۔ اس نظریے نے مریض اور ڈاکٹر کے تعلقات اور معالج کے الفاظ کی طاقت، ان دونوں کی اہمیت کو کم کر دیا۔ اس کی بنا پر نیو نینسی سکول(New Nancy School) پیدا ہوا۔

لیبول کے چند سال بعد نفسیاتی امراض کو طبعی ثابت کرنے کے نظریے پر از سرِ نو غور شروع ہوا۔ پیرس میں چارکوٹ(Charcot) نے ہپنوٹزم کا طریقۂ علاج استعمال کرنے کے باوجود اسے ایسے طرز سے بیان کیا جو نینسی سکول(Nancy School) کے نظریے کے بالکل برعکس تھا۔ اُس کے نقطۂ نظر کے مطابق ہپنوسز(Hypnosis) ہسٹیریا کا ایک طبعی اظہار تھا، یعنی صرف ہسٹیریا ہی کے مریض کو ہپنوٹائز کرنا ممکن تھا اور ہسٹیریا ایک نفسیاتی بیماری ہے، جس کا موازنہ دوسری نفسیاتی بیماریوں کے ساتھ ہوسکتا ہے۔ چارکوٹ کے نقطۂ نظر سے ہپنوسز ایک ایسی کیفیت ہے جو ہسٹیریا کے مریضوں میں بیدار ہوسکتی ہے اور ہپنوسز بہترین طریقہ ہے جس کے ذریعے ہسٹیریا کے مریض کا رجحان تکلیف پیدا ہونے سے پہلے ہی معلوم کیا جاسکتا ہے، یعنی کہ ہپنوسز اور ہسٹیریا میں کوئی فرق نہیں اور نیند کی سی حالت صرف ہسٹیریا ہی کے مریضوں میں پیدا کی جاسکتی ہے۔ اس طرح ہپنوٹزم کا طریقۂ علاج میسمر کے پیرس سے جانے کے ایک صدی بعد بہت اہم بن گیا۔

چارکوٹ کے بہت سے شاگرد مشہور ہوئے۔ ان میں سے پیئر جینے (Pierre Janet) قابلِ ذکر ہے۔ ان کو "شخصیت کا دو حصوں میں بٹ جانا اور اُن کا جدا جدا اظہار" (Splitting of Personality and Dissociation) جیسا بعض اوقات ہسٹریا کے مرض میں ہوتا ہے، سے بہت زیادہ دلچسپی تھی۔ اس کا نتیجہ یہ ہوا کہ شخصیت (Personality) کا مطالعہ وغیرہ باقاعدہ شروع ہوگیا اور شخصیت کو خیالات اور طبعی رجحان کا ایک مجموعہ قرار دے دیا گیا۔ ایک صحت مند انسان کی شخصیت زیادہ پختہ ہسٹیریا میں، یہ پختگی مکمل طور پر نہیں ہوتی۔

باب دوم

1870ء میں ویانا کا ایک نوجوان ڈاکٹر سگمنڈ فرائیڈ نظامِ اعصاب کی ابتدا کے علم (Embryology of the Nervous System) کی تحقیقات میں مصروف تھا۔ اس زمانہ میں وہ ڈاکٹر بروئر(Breuer) سے ملنے گیا، جو ہسٹیریا اور اس قسم کے دوسرے امراض کی تحقیقات کر رہا تھا۔ ان دنوں ہسٹیریا کا علاج چارکوٹ کے بتائے ہوئے ہپنوٹزم کے اصولوں کے ذریعے کیا جاتا تھا اور یہ طریقۂ علاج بہت مقبولیت حاصل کر چکا تھا۔ فرائیڈ نے بھی اس طریقۂ علاج کے ذریعے ہسٹیریا کی مختلف علاماتِ مرض، جیسے فالج(Paralysis)، غشی (Anesthesia)، نسیان(Amnesia) وغیرہ کا علاج شروع کر دیا۔ 1880ء میں بروئر(Breuer) کے ہاں ہسٹیریا کا ایک مریض آیا۔ اس کا معائنہ کر کے فرائیڈ کے ذہن میں کئی قسم کے سوالات پیدا ہوئے، جن کے جوابات دریافت کر کے اس نے ایک نئے طریقۂ علاج کی بنیاد رکھ دی، جو اس وقت دنیا بھر میں تجزیۂ نفس(Psycho-analysis) کے نام سے مشہور ہے۔ یہ مریض 21 سالہ ایک نوجوان لڑکی تھی۔ اس کے مرض کی سب سے اہم علامت یہ تھی کہ وہ گلاس میں پانی پینے سے سخت متنفر ہوگئی تھی۔ بہ ظاہر اس کی کوئی وجہ نظر نہیں آتی تھی۔ نہ ہی وہ کوئی ایسی بات یاد کر سکتی تھی جو اس کی اس تکلیف پر روشنی ڈالتی۔ اس مریضہ کا علاج بھی ہپنوسز میں عمل توجیہ(Hypnotic Suggestions) کے ذریعے کیا گیا۔ جب وہ بہت گہری نیند کی کیفیت میں تھی تو اس کی ایک بھولی بسری یاد تازہ ہوئی جو غیر شعوری طور پر اُسی کی بیماری سے تعلق رکھتی تھی۔ بہت عرصہ پیشتر اس نے ایک پالتو کتے کو گلاس میں سے پانی پیتے دیکھا تھا۔ کتے کے اس عمل سے اسے ایسی سخت کراہت پیدا ہوئی کہ اندیشہ ہوا کہ کہیں

وہ کتے کے مالک سے اس کا اظہار نہ کر بیٹھے لیکن حجاب وتکلف کے مارے اُس نے اپنی اس شدید کراہت کے جذبے کو دبالیا۔ پھر بعد میں کبھی اس کا خیال نہ آنے پایا لیکن اب ہپنوٹزم کے دوران میں اسے صاف طور پر سب کچھ یاد آ گیا۔ اس مریضہ کے معائنے سے ایک بات بخوبی واضح ہوگئی کہ اگر ہم کسی ایسی خواہش کو، جس سے جذبے کی کوئی شدید شکل مربوط ہو، دبالیں تو وہ ہمارے ذہن میں ہمیشہ اصلی حالت میں موجود رہتی ہے اور کسی نہ کسی طریقے سے ہماری روزمرہ زندگی پر برابر اثر انداز ہوتی رہتی ہے۔

اس تجربے کے کچھ عرصہ بعد 1885ء میں فرائیڈ پیرس میں چارکوٹ (Charcot) کے ہاں تعلیم حاصل کرنے کے لیے چلا گیا۔ چارکوٹ کو ہسٹیریا کے متعلق اپنے نظریے پر کسی قسم کا شک وشبہ نہ تھا۔ اس نظریے کے ماتحت ہسٹیریا اور ہپنوسز میں کوئی فرق نہ تھا۔ ہپنوسز سے ہسٹیریا پیدا بھی کیا جاسکتا تھا اور اُس کو دور بھی کیا جاسکتا تھا۔ تمام مریض جو فرائڈ نے چارکوٹ کے مطب میں دیکھے، وہ اس طور پر پیش کیے گئے جس سے صاف ظاہر ہوتا تھا کہ ہسٹیریا کو سمجھنے کے لیے ہپنوسز کو سمجھنا بہت ضروری ہے کیونکہ دونوں بہت گہرا باہمی تعلق رکھتے تھے۔ فرائیڈ اپنے استاد چارکوٹ(Charcot) کا بہت مداح اور قدر دان تھا، اُسے یقین ہوگیا کہ ہپنوسز کا طریقہ علاج بالکل ٹھیک ہے۔ چنانچہ اس نے اسی پر چلنے کا فیصلہ کیا لیکن ایک روز چارکوٹ کی زبان سے نکلے ہوئے چند الفاظ فرائیڈ پر بہت گہرا اثر چھوڑ گئے۔ جب شاگرد نے اُستاد سے پوچھا کہ ''مریض میں خاص قسم کی علامت مرض پیدا کیوں ہوتی ہیں؟'' تو چارکوٹ نے کسی قدر جوش میں آ کر جواب دیا کہ ایسے مرض کی بنیادی وجہ ہمیشہ جنسی ہوتی ہے اور اس بات کو دوبارہ بڑے جوش سے دھرایا اور کہا ''ہمیشہ ہمیشہ ہمیشہ۔'' یہ سن کر فرائیڈ کچھ ششدر سارہ گیا اور دل ہی دل میں کہنے لگا کہ ''اگر یہ اسی خیال کے قائل ہیں تو واضح طور پر یہ بات کہتے کیوں نہیں؟'' فرائیڈ لکھتا ہے کہ بروئر اور کروبیک (Chroback) نے بھی ایک بار یہی کہا تھا، کہ ہسٹیریا جیسے امراض کی تہ میں ہمیشہ کوئی جنسی وجہ ضرور موجود ہوتی ہے، مگر بعد میں جب میں نے یہ بات یاد دلائی تو انہوں نے ماننے سے صاف انکار کر دیا۔ میں ان تینوں کا بہت احترام کرتا ہوں، کیوں کہ یہ نظریہ ان ہی تینوں کی امداد کے طفیل بنا ہے۔''

جب فرائیڈ ویانا واپس آیا تو جو کچھ اُس نے چارکوٹ سے سیکھا تھا اُس کا مظاہرہ کیا۔ اس پر اس کی بہت مخالفت ہوئی کیونکہ اُس زمانے میں سمجھا جاتا تھا کہ انسان اگر جسمانی طور پر تندرست ہے تو ذہنی طور پر بھی تندرست ہوتا ہے۔ اس نظریے کے ماتحت ڈاکٹر مریضوں کا جسمانی علاج بھی کرتے اور اسی کے ذریعے مریضوں کو شفا بخشنے پر ایمان رکھتے تھے اگر کوئی جسمانی نقص نظر نہ آتا تو سمجھتے کہ اس کی وجہ دماغ کے کسی حصے کی خرابی ہوگی۔ علاج بہر حال جسمانی ہی ہوتا، مریضوں کو ادویات دی جاتی تھیں یا پانی اور بھاپ سے علاج کیا جاتا یا بجلی استعمال میں لائی جاتی اگر مریض زیادہ بے چینی محسوس کرتا تو منشی دوا دی جاتی اگر تھکان محسوس کرتا یا غمناک ہوتا تو مقوی دواؤں کی طرف رجوع کیا جاتا۔ سب ادویات ناکام ہو جاتیں تو بجلی کے ذریعے علاج کیا جاتا یا ٹھنڈے پانی کا غسل دیا جاتا۔ ان تمام طریقوں کا اثر معمولی سا ہوتا۔ وہ بھی اعتقاد(Suggestions) کی وجہ سے، کیونکہ مریض سے کہا جاتا تھا کہ تم اس علاج سے تندرست ہو جاؤ گے۔ سمجھ دار ڈاکٹر دل میں بخوبی سمجھتے تھے کہ یہ سب علاج بے کار ہیں، لیکن کسی بہتر طریقہ علاج کی عدم موجودگی میں اس کو جاری رکھنے پر مجبور تھے۔

پہلے چند سال تو فرائیڈ نے بھی ہپنوسز اور بجلی کے ذریعے علاج کیا، مگر جلد ہی بجلی کے علاج سے مایوس ہو گیا۔ جن مریضوں کو کوئی جسمانی مرض نہ ہوتا ان کے لیے بجلی کا علاج بالکل بے کار ثابت ہوتا۔ اس دوران میں فرائیڈ اور ڈاکٹر بروئر کے تعلقات بہت گہرے ہو گئے، حالانکہ بروئر عمر میں فرائیڈ سے 14 سال بڑا تھا۔ دونوں اپنے اپنے تجربات کے متعلق اکثر تبادلۂ خیال کرتے۔ فرائیڈ کی بڑھتی ہوئی دلچسپی کو دیکھ کر بروئر نے ہسٹیریا کے ایک دلچسپ مریض کے حالات سنائے، جسے اس نے ہپنوٹزم کے ذریعے 1880-82ء میں شفا بخشی تھی۔ چونکہ تجزیۂ نفس کی معلومات میں یہ مریض بہت زیادہ اہمیت رکھتا ہے، اس لیے اُس کا حوالہ دینا ضروری معلوم ہوتا ہے۔ یہ مریض ایک بہت ذہین اور تعلیم یافتہ لڑکی تھی جو اپنے بیمار باپ کی تیمارداری کرتی کرتی خود بیمار ہوگئی تھی لیکن باوجود ہر ممکن کوشش کے اُس کے والد فوت ہو گئے۔ اس لڑکی کو اپنے والد سے غیر معمولی محبت تھی۔ لڑکی کے علاج کے دوران میں ڈاکٹر بروئر کو اتفاقاً خیال آیا کہ اپنے والد کی بیماری کے زمانے کے جو خیالات وتصورات اس لڑکی کے ذہن میں

دبے ہوئے ہیں، اگر کسی طرح وہ ان کا اظہار جذباتی طور پر کر سکے، تو شاید اس کے دل کی بھڑاس نکل جائے اور یہ شفا پا جائے۔ بروئر نے اپنے اس نظریے کو علاج کی صورت دی اور مریضہ کو ہپنوٹائز کر کے کہا کہ جو جذبات اندرونی طور پر پریشان کر رہے ہیں اُن کا اظہار آزادی کے ساتھ کرو۔ لڑکی نے اپنے دلی جذبات بیان کرنے شروع کر دیے اور اس سیدھے سادھے علاج سے شفا پا گئی۔ یہ کیس اہمیت اس لیے رکھتا ہے کہ اس کے ذریعے پہلے پہل یہ پتہ چلا تھا کہ مریضہ کو اپنی تکلیف کا علم ہوتے ہوئے بھی معلوم نہ ہوتا تھا کہ اس کے مرض کا سبب کیا ہے مگر اسے ہپنوٹائز کر کے دل کی بات زبان پر لانے کو کہا گیا تو اُسے فوراً اپنے والد کی بیماری کے زمانے کے حالات یاد آ گئے۔ اس سے یہ ظاہر ہوا، کہ اس علامتِ مرض کا تعلق ایک خاص دبی ہوئی جذباتی کیفیت کے ساتھ وابستہ تھا، جو وہ بالکل بھول چکی تھی۔

اس علامت مرض میں ایک خاص بات، جو واضح طور پر نظر آئی، یہ تھی کہ تکلیف اس صورت میں پیدا ہوئی تھی جب کہ وہ اپنے دبے ہوئے خیالات اور خواہشات کا اظہار نہیں کر سکتی تھی۔ اس لیے علاماتِ مرض ان پس ماندہ خواہشات کے عوض پیدا ہو گئے تھے۔ چنانچہ اب وہ مرض کے ذریعے ان دبی ہوئی خواہشات کو تکمیل پر پہنچا رہی تھی۔ اصولی طور پر مرض کی علامات کسی ایک خاص صدمے پر منحصر نہیں ہوتیں، بلکہ بہت سے صدمات جمع ہو کر مرض پیدا کر دیتے ہیں اگر مریض ہپنوٹائز ہونے کی کیفیت میں ان واقعات کو از سرِ نو اُسی جذبے کے ساتھ محسوس کرتے جیسا کہ ماضی میں کیا تھا تو علاماتِ مرض ہمیشہ کے لیے رفع ہو جاتی ہیں۔ سب سے اہم دریافت یہ تھی کہ مریض کو ایسی کوئی بات یاد نہیں آتی جس کی وجہ سے اُسے تکلیف پہنچی تھی۔ یوں معلوم ہوتا ہے جیسے ایسی کوئی بات کبھی ہوئی ہی نہ تھی لیکن ان بظاہر بھولی ہوئی باتوں کے اثرات مرض کی صورت میں ہمیشہ یوں زندہ رہتے ہیں جیسے وقت کا ان پر کوئی اثر ہی نہیں ہونے پایا۔ اس پوشیدہ حقیقت کو بروئر نے ہپنوسز کے ذریعے روشن کیا۔

ڈاکٹر بروئر نے اس مریض اور اپنی معلومات کے متعلق فرائیڈ کو سب کچھ بتایا مگر زبانی۔ ان سب کو شائع کیوں نہ کیا؟ فرائیڈ اس کا سبب کبھی نہ سمجھ سکا، حالانکہ اس کے نزدیک یہ معلومات بے حد قیمتی تھیں۔ فرائیڈ نے بروئر کے ساتھ تعلقات پیدا کرنے کے کئی سال بعد

تک ہپنوسز ہی کو اپنا طریقۂ علاج بنائے رکھا۔ ان دونوں کا نظریہ ایک ہی تھا، کہ ہپنوسز کے ذریعے انسانی شخصیت میں اُن مخالف طاقتوں کا سراغ بھی لگایا جا سکتا ہے، جو باہم کشمکش پیدا کرتی رہتی ہیں اور اندرونی دباؤ کی وجہ سے خیالات کو شعور میں آنے سے روکتی ہیں اگر ایسے مریضوں کو ہپنوسز کے ذریعے ماضی میں پہنچا دیا جائے تو وہ عناصر دریافت کیے جا سکتے ہیں جو ان کی تکلیف کا باعث بنے تھے اور انھیں شعور میں لے آنے سے عارضی صحت بھی حاصل ہو سکتی ہے لیکن ہپنوسز کے طریقۂ علاج میں ایک بہت بڑی مشکل یہ پیش آئی کہ جب اصلی مرض غائب ہو جاتا تو کچھ عرصہ بعد کوئی دوسرا مرض نمودار ہو جاتا تھا اگر فالج (Paralysis) دور ہو جاتا تو کچھ عرصہ بعد غشی (Anesthesia) کے دورے پڑنے شروع ہو جاتے یا حافظہ جواب دے جاتا۔ اس کے علاوہ ہسٹیریا بھی مستقل طور پر رفع نہ ہوتا۔ پھر کئی مریضوں کو ہپنوٹائز کرنا بھی ممکن نہ ہوتا تھا۔ ویسے بھی فرائیڈ کو ہپنوسز وغیرہ پسند نہ تھا، کیونکہ یہ کیفیت پیدا کرنے کے لیے بعض اوقات مریضوں پر تشدد کیا جاتا اور چیخ چیخ کر ان سے باتیں کی جاتی تھیں۔ اُس زمانے میں برنہیم (Bernheim) میں ایک تجربہ یہ تحقیق کرنے کے لیے کیا جا رہا تھا کہ ہپنوسز کی حالت میں مریض کو جو کچھ بتایا جاتا ہے، وہ اسے بعد میں یاد کیوں نہیں رہتا؟ یہ کیسے ممکن ہو سکتا ہے کہ وہ ایسی سب باتیں یکسر بھول جائے؟ اس تجربے کے لیے ایک مریض کو پہلے ہپنوٹائز کر کے کچھ باتیں بتائی گئیں اور جب وہ ہوش میں آیا تو یہ سب باتیں یاد کرنے کو کہا گیا، لیکن اس کی بھی وہی حالت رہی جو دوسروں کی رہی تھی۔ ایک بات بھی یاد نہ کر سکا مگر جب اُسے کوشش کرنے پر مجبور کیا گیا، تو باتیں آہستہ آہستہ یاد آنی شروع ہو گئیں۔ اب بروئر اور فرائیڈ نے اُن مریضوں پر، جنھیں ہپنوٹائز کرنے میں وہ ناکام رہے تھے، ایک نیا طریقۂ علاج آزمانا شروع کیا۔ ان کو سامنے بٹھا کر کہا گیا کہ جو کچھ بھی ذہن میں آئے بغیر سوچے سمجھے بولتے چلے جاؤ۔ اس طرح ان کا تلازمِ افکار ماضی کی طرف چلنا شروع ہو گیا اور ایسے واقعات یاد آنے لگے جن کا ان کی بیماری کے ساتھ بہت گہرا تعلق تھا۔ ان کے یاد آنے سے انہوں نے افاقہ محسوس کیا۔ اب فرائیڈ نے اس نئے طریقہ کو ہی ذریعہ علاج بنا لیا۔

جب فرائیڈ اس نئے طریقۂ علاج کو تکمیل کو پہنچانے کے کام میں مصروف تھا تو اُس کو

محسوس ہوا کہ یہ کام اتنا آسان نہیں جتنا میں اُسے سمجھے بیٹھا ہوں۔ اس نے دیکھا کہ مریض کے خیالات کی روانی میں بعض ایسے مقامات بھی آ جاتے ہیں جہاں وہ شدید قسم کی اندرونی رکاوٹ محسوس کرتا ہے اور دیر تک کچھ بھی یاد نہیں کر سکتا۔ اس کے علاوہ فرائیڈ کو اس بات سے بھی سخت حیرانی ہوئی کہ مریض ہپنوسز کے ماتحت تو سب کچھ یاد کر لیتا ہے، مگر ہوش میں آنے کے بعد کچھ بھی یاد نہیں رکھتا۔ تلازمِ افکار کے ذریعے بھی کئی باتیں اسے یاد نہیں آنے پاتیں۔ اب اُس نے یہ دریافت کیا کہ صرف ایسے بھولے ہوئے خیالات کو یاد کرنے میں رکاوٹ ہوتی ہے جو ہمیشہ بہت تکلیف دہ، ناگوار، عموماً جنسی قسم کے اور بعض اوقات خوفناک بھی ہوتے ہیں، جن کو یاد کرنا مریض پسند نہیں کرتا۔ اب فرائیڈ نے اس بات کی کوشش شروع کی کہ یہ رکاوٹیں دور ہوں، تاکہ خیالات کا تسلسل قائم رہ سکے اور مریض کی بیماری کی تہ تک پہنچا جا سکے۔ اس تحقیق کی بنا پر فرائیڈ اس نتیجہ پر پہنچا کہ جملہ نفسیاتی بیماریاں اندرونی کشمکش کا نتیجہ ہوتی ہیں۔ جب ایک طاقت اظہار چاہتی ہے تو دوسری اُسے دبانے کی کوشش کرتی ہے یعنی خواہش اور دباؤ کے درمیان کشمکش ہوتی ہے۔ بروئر اور فرائیڈ نے اس طریق علاج کو 'طریقہ تطہیر جذبات' (Cathartic Mathod) کا نام دیا، کیونکہ اس کی تاثیر کا راز نفسیاتی اور جذباتی اظہار پر مبنی تھا۔ یہ اظہار مریض دوران علاج میں کرتا تھا۔ دوسرے وہ اس نتیجہ پر پہنچے کہ ہسٹیریا عہد ماضی کی بیماری ہوتی ہے اور جنسی جذبات کے ساتھ اس کا گہرا تعلق ہوتا ہے۔

فرائیڈ نے ڈاکٹر بروئر کو مجبور کیا کہ اب وہ اس کے ساتھ مل کر اس جدید طریقہ علاج کے نتائج کو شائع کریں۔ چناں چہ 1893ء میں ایک مشترکہ مضمون لکھا گیا جس کا نام ''ہسٹیریا کا نفسیاتی پہلو'' (On the Psychic Mechanism of Hysterical Phenomena) تھا۔ بروئر اور فرائیڈ کی تحقیقات کو لوگوں نے ان کی توقع کے مطابق ہمدردانہ دلچسپی سے سمجھنے کی کوشش نہ کی لیکن ان دونوں کے لیے ہسٹیریا کی نفسیاتی وجہ معلوم کر لینا اپنی محنت و تحقیق کا کافی انعام تھا۔ دوسرے ڈاکٹروں نے اسے محض قیاس آرائی قرار دیا، چنانچہ قبول نہ کر سکے۔ بروئر نے اپنی رپورٹ میں اس مریضہ کے متعلق صاف الفاظ میں لکھا ہے کہ ''اس کی جنسی خواہش حیران کن حد تک بچوں جیسی تھی۔''

ڈاکٹر بروئر تو ہسٹیریا پر مضمون کی اشاعت کے بعد بہت گھبرائے، کیونکہ مخالفت کے ایسے ہنگامے برداشت کرنے کے لیے وہ تیار نہ تھے۔ ان کے اطمینان کی صورت یہی تھی کہ عزت و شہرت پہلے کی طرح برقرار رہتی۔ نفسیاتی تحقیقات کے دوران میں ایک نیا انکشاف یہ ہوا تھا کہ اس طریقہ علاج میں مریض ڈاکٹر کے ساتھ جذباتی قسم کی دلچسپی لینا بھی شروع کر دیتا ہے۔ اس سے ڈاکٹر بروئر اور بھی گھبرائے اور فیصلہ کر لیا کہ اس طریقہ کو خیرباد کہہ دینے میں ہی عافیت ہے۔ چنانچہ تحقیقی کام سے تو انہوں نے قطع تعلق کر لیا لیکن وہ اور فرائیڈ ایک دوسرے کا احترام برابر کرتے رہے۔ فرائیڈ نے بات چیت کے اس طریقہ علاج کو جاری رکھا اور اُس کے ساتھ ساتھ اسے پورا یقین ہوتا چلا گیا کہ دبی ہوئی جنسی خواہشات ہسٹیریا کی بیماری میں بہت اہم حصہ رکھتی ہیں۔ اب فرائیڈ نے اس طریقہ علاج کو، جسے اُس کا دوست ڈاکٹر بروئر ادھورا چھوڑ گیا تھا، تکمیل کو پہنچانے کی کوشش تنہا شروع کر دی۔ نتیجہ اس کا یہ ہوا ''تطہیر جذبہ'' (Cathartic Method) کے طریقہ علاج میں بہت سی تبدیلیوں کی ضرورت محسوس ہوئی۔ سب سے زیادہ اہم تبدیلی یہ کی گئی کہ ہپنوسز کو چھوڑ کر تلازمِ افکار کے طریقہ کی طرف رجوع کیا گیا۔ اب فرائیڈ نے اپنے مریضوں کو ہدایت دی کہ وہ اپنے خیالات کا صحیح اظہار، آزادی اور دیانتداری کے ساتھ کریں تاکہ اُن کی تکلیف کا اصل باعث روشنی میں آ سکے۔ مریض جب باتیں کرتے کرتے رک جاتے تو اس رکاوٹ کو دور کرنا بھی بہت ضروری سمجھا گیا تاکہ تلازمِ افکار جاری رہ سکے۔ یہ بھی معلوم ہوا کہ ایسے موقع پر دراصل حافظہ خراب نہیں ہوتا بلکہ کوئی نفسیاتی رکاوٹ پیدا ہو جاتی ہے۔ فرائیڈ کو اپنے تجربے کی بنا پر معلوم ہوا کہ ایسے مقامات جہاں حافظہ بظاہر جواب دے دیتا ہے، بہت ہی اہم ہوتے ہیں۔ مریض اگر کوشش کرے تو ایسی باتیں یاد کر سکتا ہے جن کا مرض کے ساتھ بہت گہرا تعلق ہوتا ہے۔ تلازمِ افکار کو ایسے طریقہ سے بروئے کار لانے کو ''تجزیۂ نفس'' (Psycho-analysis) کہتے ہیں، جس سے دبے ہوئے خیالات و جذبات کا اظہار اور اُن کی صحت کا اقرار اس کشمکش کو رفع کر دیتا ہے۔ اس میں مریض اپنے معالج کے ساتھ پورا تعاون کرتا ہے لیکن ہپنوسز کے طریقہ علاج میں مریض و معالج میں اس قسم کا تعاون نہ ہوتا تھا۔ مریض کو اپنے آپ پر کوئی اختیار ہی نہیں

ہوتا تھا، وہ بغیر حیل و حجت کے معالج کا کہنا مان لیتا تھا۔ اس میں اتنی اہلیت ہی نہ رہتی تھی کہ سوچ سمجھ کر کسی بات کو قبول کرے۔ جدید طریقۂ علاج میں مریض کے لیے ضروری ہوا کہ ہر بات کو سمجھے اور اپنی کمزوریوں سے نجات حاصل کرنے کے لیے کوشش عمل میں لائے۔ اس تفصیل سے معلوم ہوتا ہے کہ ڈاکٹر بروئر ہی دراصل تجزیۂ نفس (Psycho-analysis) کا بانی تھا اور اس حقیقت کو فرائیڈ بھی ہمیشہ تسلیم کرتا رہا ہے، حالانکہ جہاں تک علامت مرض کے ترجمے و تشریح کا تعلق تھا وہ شروع ہی سے ایک دوسرے سے اختلافِ رائے رکھتے تھے مگر ہسٹیریا کے متعلق دونوں کا نظریہ ایک ہی رہا کہ یہ عہدِ ماضی کی ایک بیماری ہے۔ چنانچہ بعد میں فرائیڈ نے بھی لکھا کہ ''ہسٹیریا کی علامات کچھ ایسی معلوم ہوتی ہیں جیسے عہد ماضی کی تکلیف دہ اور بھولی ہوئی یادوں کی نشانی۔ ایسی نشانی جس میں اس یاد کو محفوظ کر لیا گیا ہو۔'' جس طرح قطب صاحب کی لاٹ، جہانگیر کا مقبرہ یا دوسری تاریخی عمارتوں کو دیکھ کر ایک غیر ملکی باشندہ بتائے بغیر کچھ نہیں سمجھ سکتا کہ یہ مقامات کیا اہمیت رکھتے ہیں، اسی طرح مریض بھی اپنے مرض کا مطلب نہیں سمجھ سکتا۔ ان معلومات نے پہلی بار یہ ثابت کیا کہ شعور کے علاوہ ذہن کا ایک ایسا حصہ بھی ہے جس میں بچپن کی یادیں چھپی رہتی ہیں۔ فرائیڈ نے اس حصے کو لاشعور کا نام دیا۔ اس کے متعلق اس طور پر پہلے کچھ بھی معلوم نہ تھا۔ چنانچہ اس کے متعلق مزید معلومات حاصل کرنے کے لیے فرائیڈ نے تحقیقات شروع کر دیں، جس کا نتیجہ یہ ہوا کہ بہت سی نئی باتیں روشنی میں آئیں۔ زندگی میں جذبات کی اہمیت کو نئے زاویے سے سمجھا گیا اور یہ واضح ہو گیا کہ نفسیاتی امراض خیالات و جذبات کے دب جانے کی وجہ سے پیدا ہوتے ہیں اور اندرونی روک ان دبے ہوئے جذبات کا اظہار نہیں ہونے دیتی۔ چنانچہ ایسے خیالات شعور میں نہیں آسکتے اور شعور میں نہ آنے سے ان کو تسکین میسر نہیں آتی۔ وہ لاشعور میں ہی بے چین اور مقید رہتے ہیں۔ اس لاشعوری دباؤ کا ایک اہم اثر یہ ہوتا ہے کہ بعض اوقات ان خیالات کا جذباتی پہلو، جس کا مناسب اظہار نہیں ہونے پاتا، جسمانی راستے اختیار کر لیتا ہے، اس کی وجہ سے جسمانی علاماتِ مرض پیدا ہو جاتی ہیں مثلاً جسم میں درد، فتورِ ہاضمہ، معدے میں پھوڑا، ضعفِ بصارت، بہرہ پن وغیرہ وغیرہ۔ ایک مریض کو رخسار میں اعصابی درد (Neuralgia) تھا۔ وہ کہتا تھا

مجھے ایسے محسوس ہوتا ہے جیسے کسی نے مجھے تھپڑ رسید کیا ہو۔ تجزیۂ نفس کے ذریعے اسے یاد آتا کہ بچپن میں کسی نے اسے بہت زور سے تھپڑ مارا تھا، جس کا خوف کے مارے وہ جواب نہ دے سکا تھا۔ اس کا نتیجہ یہ ہوا کہ اس کی لڑنے یا بدلہ لینے کی خواہش دب کر رہ گئی۔ بظاہر وہ اس واقعہ کو بالکل بھول چکا تھا مگر کچھ عرصہ بعد اسے رخسار کی تکلیف شروع ہو گئی۔ مریض کو ہپنوٹائز کر کے واپس اُسی حالت میں لایا گیا۔ جس کا اُس پر بہت گہرا اثر پڑا تھا اور کہا گیا کہ وہ اس واقعہ کو یاد کر کے اپنے غصے کا اظہار اس طرح کرے جیسا کہ وہ تھپڑ کھانے کے وقت کرنا چاہتا تھا، لیکن خوف کے مارے نہ کر سکتا تھا۔ اس اظہار کا اثر یہ ہوا کہ اُس کی بیماری رفع ہو گئی اور پھر کبھی یہ تکلیف نہ ہونے پائی۔

باب سوم

فرائیڈ نے لاشعور کے نظریے کو اپنے نقطۂ نظر سے جن معنوں میں تجزیۂ نفس میں استعمال کیا اس کی تفصیل وہ یوں بیان کرتا ہے:

عموماً دیکھنے میں آتا ہے کہ ایک چیز جو اس وقت ہمارے ذہن میں موجود ہے اور دوسرے لمحے غائب ہو جاتی ہے اور بغیر کسی کوشش کے ذہن میں پھر آن موجود ہوتی ہے، یہ ضروری نہیں کہ شعور میں لانے کے لیے ہم اسے دیکھیں یا محسوس کریں۔ بس ایک خیال ہے جو غائب ہوتا اور پھر واپس آ جاتا ہے۔ اس کیفیت سے صاف ظاہر ہے کہ درمیانی وقفے میں بھی یہ خیال دماغ ہی میں موجود ہوگا مگر دبی ہوئی حالت میں اس کی مثال یوں دی جا سکتی ہے کہ اگر ہم بہتے پانی میں لکڑی کا ایک ٹکڑا پھینکیں تو کبھی وہ ڈوب جاتا ہے اور کبھی پھر تیرنا شروع کر دیتا ہے۔ جب وہ نظر نہیں آ رہا، اس وقت بھی پانی میں موجود ہے مگر ہم اسے دیکھ نہیں سکتے۔ اسی طرح خیالات آتے اور غائب ہوتے رہتے ہیں۔ جب وہ غائب ہوتے ہیں، یعنی کہ شعور میں نہیں ہوتے تو کس حالت میں ہوتے ہیں؟ اس کا اندازہ ہم نہیں لگا سکتے۔

جب کسی چیز کا خیال بغیر اس کو دیکھے ہمارے ذہن میں موجود ہو اور ہمیں اس کے متعلق سب کچھ معلوم ہو اور اس کا پورا ادراک و تعقل ہو تو اس کی کیفیت کو فرائیڈ نے شعور (Conscious) کا نام دیا ہے اور صرف ان ہی معنوں میں شعور کا لفظ استعمال کیا ہے اور لاشعور (Unconscious) صرف ان خیالات کے متعلق استعمال میں لاتا ہے جو ذہن میں موجود تو ہوں مگر ان کی موجودگی کا علم شعوری طور پر نہ ہو، البتہ دوسرے ذرائع سے ثابت ہو

جاتا ہو اگر ہم لاشعور کی موجودگی کا ثبوت صرف یادداشت یا تلازم افکار کی بنا پر دیں اور اپنے تجربے سے مستفیذ نہ ہوں تو یہ دلیل کچھ دلچسپ سی معلوم ہوتی ہے۔ ہپنوسز کے دوران کسی کام کو اس کیفیت سے نکلنے کے کچھ عرصہ بعد کرنے کے لیے کہنے کا (Past Hyponotic Suggestion) بہت اہم تجربہ، تجزیۂ نفس کی پیدائش سے پہلے ہی شعور اور لاشعور کے فرق کی اہمیت کو تسلیم کر چکا تھا۔ برنہیم نے تجربے کے طور پر ایک آدمی پر ہپنوسز کے عمل کے ذریعے نیند کی سی کیفیت پیدا کر دی تھی۔ اس کیفیت میں سوائے عامل کی موجودگی کے اور کسی چیز کا احساس نہیں رہتا۔ اسی کیفیت میں عامل نے معمول کو ہدایت دی کہ ایک کام ہوش میں آنے کے آدھ گھنٹہ بعد کرے۔ اس مقررہ وقت پر جب معمول اپنے روزمرہ کے کسی کام میں مصروف تھا اور اپنی ہپنوٹک حالت کے متعلق اسے کچھ بھی یاد نہ رہا تھا، تو اچانک اس کے دل میں وہ کام کرنے کی خواہش اس قدر شدت کے ساتھ پیدا ہوئی کہ اسے پورا کرنے کے لیے وہ مجبور ہو گیا۔ اس کے ساتھ اسے مطلقاً احساس نہ تھا کہ ایسا کیوں کر رہا ہے۔ اس کرشمے کی وجہ صرف یہی بیان کی جا سکتی ہے کہ عامل کی ہدایت کا خیال معمول کے ذہن میں دبا رہا، یا یوں کہیے کہ معمول کے لاشعور میں رہا اور وقت مقررہ آنے پر یک لخت شعور میں آیا اور معمول وہ کام کرنے پر مجبور ہو گیا لیکن ہپنوٹزم کے دوران کی کیفیت، عامل کا اثر، عامل کی ہدایت، ہپنوٹک حالت وغیرہ کی یادداشت بالکل شعور میں نہ آئی، بلکہ لاشعور ہی میں دبی رہی۔ فرائیڈ نے اس تجربے پر بہت غور کیا اور اسی سے بہت کچھ سیکھا۔ ہپنوسز کی حالت میں جو ہدایت دی گئی تھی، وقت مقررہ پر صرف اسے سرانجام دینے کا خیال ہی نہیں آیا، بلکہ اس عمل کا اہم پہلو یہ تھا کہ وہ خیال ذہن میں برابر مستعد بھی رہا اور وقت مقررہ پر معمول کچھ اس طرح بے چین سا ہو گیا کہ ہدایت پر عمل کرنے کے لیے مجبور ہو گیا۔ اس کام کو کرنے کی اصلی وجہ تو عامل کی ہدایت ہی تھی۔ اس لیے یہ سمجھنا غلط نہ ہوگا کہ عامل کی ہدایت کا خیال بھی سرگرم کار تھا، مگر اس کا اظہار شعور میں اس طرح نہ ہوا، جیسا کہ اُس کے نتیجے کا ہوا، یعنی کہ کام کرنے کی ہدایت لاشعور میں ہی رہی، اور اس وقت بھی لاشعور میں کار تھی۔

ہسٹیریا کے مریض کے دماغ میں بہت سے خیالات کی یہی کیفیت ہوتی ہے۔ وہ

ذہن میں سرگرمِ کار برابر رہتے ہیں مگر شعور میں نہیں آسکتے۔ اس لیے تمام علامات امراض ان غیر شعوری سرگرمِ کار خیالات سے پیدا ہوتی ہیں۔ درحقیقت ہسٹیریا کے مریض کی بہت بڑی نشانی یہ ہے کہ اس کا دماغ ایسے ہی غیر شعوری سرگرمِ کار خیالات سے بھرا رہتا ہے اگر ہسٹیریا کی مریضہ قے کرتی ہے تو اس کا غیر شعوری مطلب یہ بھی ہوسکتا ہے کہ وہ اپنے آپ کو حاملہ سمجھتی ہو، لیکن شعوری طور پر کوئی ایسی بات نہیں ہوتی اور نہ ہی اسے وہ سمجھتی ہے مگر تجزیہ نفس کے ذریعے ان دبے ہوئے خیالات کو شعور میں لایا جاسکتا ہے۔ اسی طرح ہسٹیریا کی مریضہ جو غشی کی حالت میں عجیب وغریب حرکات کرتی ہے اس کا مطلب مطلقاً نہیں سمجھتی مگر تجزیہ نفس کرنے سے معلوم ہوتا ہے کہ وہ ماضی کے کسی واقعہ کو ڈرامائی انداز میں دہرا رہی تھی، جس کی یاد غشی کی حالت میں غیر شعوری طور پر اور نمایاں ہوگئی۔ دوسری ذہنی بیماریوں میں بھی اسی قسم کے غیر شعوری سرگرمِ کار خیالات تجزیہ نفس کے دوران میں ظاہر ہوتے ہیں، جو مریض کی تکلیف کا باعث بنتے ہیں۔ نفسیاتی خلل اعصاب (Psycho-Neurosis) کا تجزیہ کرنے سے یہ بھی معلوم ہوتا ہے کہ ان دبے ہوئے یا غیر شعوری خیالات کی قوت بھی کم یا زیادہ ہوتی ہے۔ کئی خیالات اتنے کمزور ہوتے ہیں کہ اپنی کمزوری کی وجہ سے شعور میں آ ہی نہیں سکتے، لیکن جب انھیں قوت میسر آتی ہے تو وہ شعور میں آجاتے ہیں مگر کئی غیر شعوری خیالات ایسے بھی ہوتے ہیں، جو اصل حالت میں شعور میں آ ہی نہیں سکتے، خواہ کتنے ہی طاقت ور کیوں نہ ہوجائیں۔ اس لیے ہم پہلی قسم کے خیالات کو ''قبل شعور'' (Pre-conscious) خیالات کہیں گے اور اصطلاح لاشعوری صرف ان خیالات کے لیے مخصوص کر دیتے ہیں جو دوسری حالت میں پیدا ہوتے ہیں اور نفسیاتی مریضوں میں بگڑی ہوئی شکل میں دیکھے جاتے ہیں۔ چنانچہ لاشعور کی اصطلاح صرف ان خیالات ہی کے لیے نہیں جو شعور میں موجود نہیں ہوتے، بلکہ ان خیالات کے لیے بھی ہے جن کی خصوصیت یہ ہو کہ حرکی (Dynamic) ہوں اور جو باوجود بہت سرگرمِ کار ہونے کے بھی شعور میں نہیں آسکتے۔ ہم دیکھتے ہیں کہ ''قبل شعور'' خیالاتِ شعور میں آسانی سے آسکتے ہیں لیکن لاشعوری خیالات باوجود اپنی سرگرمی کے شعور سے بالکل بے تعلق رہتے ہیں۔ اب سوال یہ پیدا ہوتا ہے کہ خیالات کا یہ فرق کیوں ہے اور ان ہی سے بعض شعور میں

آسانی سے کیوں نہیں آسکتے؟ فرائیڈ نے اس کا جواب یوں دیا ہے کہ یہ ناممکن نہیں کہ خیالات کو لاشعور سے شعور میں نہ لایا جاسکے لیکن اس کے لیے بہت زیادہ کوشش کرنی پڑتی ہے اگر ہم خود بھی اپنے لاشعوری خیالات کو کسی طرح شعور میں لے آئیں تو شدید گھبراہٹ اور دہشت ہوتی ہے، کیونکہ ہم انھیں اپنانے کے لیے رضامند نہیں ہوتے۔ یہ خیالات ایسے ہیں جنھیں شعور نے قبول نہیں کیا ہوتا۔ اسی لیے جب ہم مریض کو ایسے جذبات وخیالات شعور میں لانے کے لیے کہتے ہیں تو مریض کی طرف سے باوجود اس خواہش کے کہ وہ جلد از جلد اپنی تکلیف سے نجات پانا چاہتا ہے، شعوری اور غیر شعوری طور پر سخت مخالفت ہوتی ہے، اس اندرونی مخالفت سے ظاہر ہے کہ کوئی ایسی طاقت اندر ضرور موجود ہے جو غیر شعوری خیالات کو شعور میں داخل ہونے سے روکتی ہے، مگر قبل شعور کے خیالات کو نہیں روکتی۔

فرائیڈ کا دوسرا نظریہ یہ ہے کہ ''لاشعور'' ہماری ذہنی سرگرمیوں کی ایک باقاعدہ اور اہم منزل ہے۔ ہر قسم کے خیالات کا ظہور دراصل لاشعور ہی میں ہوتا ہے۔ اس کے بعد یا تو وہ وہاں ہی ادھورے رہ جاتے ہیں یا نشوونما پا کر اور پختگی حاصل کر کے شعور میں آجاتے ہیں۔ خیالات کی پرورش کا دارومدار دراصل اندرونی مخالف طاقت پر منحصر ہوتا ہے اگر کسی خیال کے پیدا ہوتے ہی مخالفت شروع ہوجائے تو وہ خیال وہاں ہی ادھورا رہ جاتا اور لاشعور کا ایک حصہ بن جاتا ہے اگر مخالفت نہ ہو تو یہ خیال پرورش پاتا ہوا تکمیل پر پہنچ کر شعور میں آجاتا ہے اور ایسا احساس ہوتا ہے کہ ایک مخصوص خیال ذہن میں سرگرمِ کار ہے۔ دراصل لاشعور اور قبل شعور میں کوئی فرق نہیں۔ یہ فرق محض اس وقت پیدا ہوتا ہے جب کسی خیال کو نشوونما میں رکاوٹ پیدا ہونے کی وجہ سے ''قبل شعور'' میں آنے کی اجازت نہیں ملتی۔ اس طرح یہ رکاوٹ ذہن میں خیال کی نشوونما کی دو منزلوں کو ایک دوسرے سے جدا کرتی ہے۔ قبل شعور خیالات تو شعور میں آسانی سے آجاسکتے ہیں لیکن یہ رکاوٹ غیر شعوری خیالات کو شعور میں نہیں آنے دیتی۔ اس طرح یہ نمایاں فرق ان دونوں کو آپس میں جدا کرتا ہے۔ فرائیڈ نے شعور اور لاشعور کے اس فرق کو فوٹوگرافی کی مثال دے کر واضح کیا ہے۔ جب فوٹو اُتارا جاتا ہے تو سب سے پہلے اس کا نیگیٹو (Negative) بنتا ہے، یعنی کہ فوٹو کو پہلے نیگیٹو کی منزل سے گزرنا پڑتا ہے، پھر ان

نیگیٹووں میں سے جو پسندیدہ ہوں، انھیں پوزیٹو (Positive) میں تبدیل کر کے فوٹو بنائی جاتی ہے۔ اس طرح خیالات کی بھی لاشعور میں چھان بین ہوتی ہے۔ جو خیال صحیح ثابت ہوں، صرف انھیں شعور میں آنے کی اجازت ملتی ہے۔ دوسری مثال فرائیڈ نے یہ دی ہے کہ لاشعور کو ایک ہال کمرہ سمجھیے، جس میں بہت سے لوگ غل مچا رہے ہیں۔ اس طرح ان دبے ہوئے خیالات کو سمجھیے۔ اس ہال کمرے کے ساتھ ایک دوسرا چھوٹا کمرہ ہے، جسے ہم شعور کہتے ہیں۔ ان دونوں کمروں کے درمیان ایک دروازہ ہے، جس پر ایک پہرے دار کھڑا ہے، جب کوئی شخص اس چھوٹے کمرے میں داخل ہونے کی کوشش کرتا ہے، تو پہرے دار یا سینسر اس کو خوب اچھی طرح دیکھتا بھالتا ہے۔ جسے مناسب سمجھتا ہے اُسے دوسرے کمرے میں داخل ہونے کی اجازت دے دیتا ہے۔ باقی سب کو پیچھے دھکیل دیتا ہے۔ اسی طرح خیالات کا بھی انتخاب ہوتا ہے جو پاس ہو جائیں وہ شعور میں آ جاتے ہیں۔ اب یہ سب کچھ اس پہرے دار کے ہوشیار اور چوکس ہونے پر منحصر ہے کہ وہ کسے روکتا اور کسے اندر آنے کی اجازت دیتا ہے، وہ جتنا زیادہ محتاط ہوگا اتنا ہی ہال کمرے کے حالات کے متعلق چھوٹے کمرے میں کم پتہ چلنے پائے گا۔ اسی طرح دبے ہوئے خیالات شعور میں دخل انداز نہیں ہو سکتے۔ ایک دفعہ سینسر جب کسی خیال کو مسترد کر دیتا ہے تو وہ ہمیشہ کے لیے دب جاتا اور لاشعور کا حصہ بن جاتا ہے لیکن لاشعور کے یہ خیالات کسی نہ کسی طریقہ سے شعور میں داخل ہوتے رہتے ہیں، جیسے کہ بولنے یا لکھنے میں غلطیاں کرتے وقت، خوابوں اور علاماتِ مرض کی صورت میں۔ اس کے علاوہ جبلی خواہشات اور ان کے جذبات واحساسات بھی لاشعور کا حصہ ہیں اور ان کے متعلق بھی ہمیں اس وقت تک کچھ پتہ نہیں چل سکتا جب تک کہ ان کا خیال ہمارے ذہن میں نہ آئے اگر متعلقہ خیالات دب جائیں تو انسان کسی خواہش یا جذبے کو غیر شعوری طور پر محسوس تو کر لیتا ہے، لیکن اس کا صحیح مطلب سمجھنے سے قاصر رہتا ہے۔ بعض اوقات یہ جذبہ کسی دوسرے منشا اور خیال کے ذریعے جس کو سینسر نہیں روکتا، شعور میں آ جاتا ہے۔ اب یہ خیال اُسی جذبے ہی کا خیال تصور کیا جاتا ہے اور مریض اس کے متعلق اپنی پریشانی کا اظہار کرتا رہتا ہے، حالانکہ اس خیال کا اس جذبے کے ساتھ کوئی تعلق نہیں ہوتا۔ چنانچہ یہ عوضی خیال ایک علامت مرض بن جاتا ہے۔ جب تجزیۂ

نفس کے دوران میں تجزیہ دان اس جذبے کے اصلی خیال کو لاشعور سے ڈھونڈ کر مریض کو بتاتا ہے، تو پھر اس جذبے کے حصے کو سمجھنا مریض کے لیے بالکل آسان ہو جاتا ہے اور وہ اکثر حیرانی کے ساتھ اسے مان لیتا ہے۔ خیالات اور ان کے جذبات کا تسلی بخش اظہار صرف شعور ہی میں ہو سکتا ہے۔

جب کسی کو اپنے تمام خیالات وجذبات اور اعمال پر شعوری اختیار ہو، تو نفسیاتی طور پر وہ بالکل صحت مند ہوتا ہے۔ جب لاشعوری دبے ہوئے جذبات طاقت حاصل کرنے پر دباؤ کو ہٹا کر سیدھے شعور میں آ جاتے ہیں، تو انسان اپنے ہی جذبات سے ڈرنا شروع کر دیتا ہے کیونکہ دبے رہنے سے وہ زیادہ خوفناک ہو جاتے ہیں۔ اس لاشعوری دباؤ کا نتیجہ یہ بھی ہوتا ہے کہ جذبات اپنے خیال سے جدا ہو جاتے ہیں اور اپنا اظہار علیٰحدہ علیٰحدہ کرنا شروع کر دیتے ہیں۔ چنانچہ دبا ہوا خیال اگر ذہن میں آ بھی جاتا ہے تو اس کا متعلقہ جذبہ محسوس نہیں ہوتا اور اگر جذبہ محسوس ہوتا ہے تو اُس کا متعلقہ خیال ذہن میں نہیں آتا، بلکہ کسی دوسرے خیال کے ساتھ یہ جذبہ آ جاتا ہے مثلاً ایک ہسٹیریا کی مریضہ اپنے خاوند کے ساتھ بلاوجہ لڑتی تھی۔ وہ یہ نہیں جانتی تھی کہ ایسا کیوں کر رہی ہے۔ تجزیۂ نفس کرنے پر معلوم ہوا کہ اُس کی والدہ اُس پر بہت ظلم کیا کرتی تھی اور وہ اس سے سخت نفرت کرتی تھی۔ اب لاشعوری طور پر کسی وجہ سے جب خاوند اُس کی ماں کی جگہ لے لیتا تھا تو والدہ کے ساتھ دبی ہوئی نفرت کا جذبہ خاوند سے نفرت کے روپ میں ڈھل جاتا تھا۔ جب اظہارِ جذبہ کسی دوسرے خیال کے ذریعے ہو تو پھر یہ عوضی خیال 'اصلی خیال' کو شعور میں آنے سے روکتا ہے۔ اس طرح انسان اس عوضی خیال کو ہی اصلی خیال سمجھ بیٹھتا ہے۔ نتیجتاً اس کا یہ ہوتا ہے کہ انسان معمولی چیزوں سے بھی ڈرنا شروع کر دیتا ہے، جیسا کہ بچے اندھیرے سے یا بلی، کتے وغیرہ سے ڈرتے ہیں۔ لاشعوری دباؤ (Repression) صرف خیالات ہی کو دبا سکتا ہے، جذبات کو نہیں دبا سکتا۔ جذبات کسی نہ کسی طرح شعور میں آ ہی جاتے ہیں اور تکلیف کا باعث بنتے ہیں۔

لاشعوری نظام کا اصلی مقصد جبلی خواہشات کا اظہار اور ان کو پورا کرنا ہے۔ لاشعور میں متضاد قسم کی خواہشات پہلو بہ پہلو رہتی ہیں لیکن مخالف نہیں ہوتیں اگر ایک ہی وقت میں ایسی دو

متضاد خواہشات پیدا ہو جائیں تو بجائے لڑنے کے وہ آپس میں تصفیہ کر لیتی ہیں۔ یہاں کسی قسم کی محرومی کا سوال ہی پیدا نہیں ہوتا، کیونکہ جب لاشعور سے کوئی خیال شعور میں آنے کی کوشش کرتا ہے تو سینسر اُس کو برا سمجھتے ہوئے روک لیتا ہے۔ دوسرے لاشعور میں وقت گزرنے کا کوئی اثر نہیں ہوتا۔ خیالات وغیرہ اصلی حالت میں محفوظ رہتے اور اپنی تازگی کو ایسے برقرار رکھتے ہیں کہ مصری بادشاہوں کی ممیاں یاد آ جاتی ہیں۔ ان ممیوں کے ساتھ ان کی اشیائے استعمال جو اِن کے ہمراہ دفن کی گئی تھیں، وہ کئی ہزار سال گزرنے کے بعد اب بھی اپنی اصلی حالت میں نظر آتی ہیں لیکن اب ان قبروں کے کھل جانے کے بعد وہ ضائع ہونی شروع ہو گئی ہیں۔ ایسا معلوم ہوتا ہے جیسے مدفون ہونے سے اُنہیں زندگی مل گئی تھی۔ اسی طرح خیالات بھی لاشعور میں دفن ہو جانے کے بعد زندہ رہتے ہیں اور بغیر کسی تبدیلی کے اپنی اصلی حالت میں سرگرم رہتے ہیں۔

ان کی وجہ سے بچپن کی خواہشات بڑی عمر میں بھی تسکین حاصل کرنے کے لیے کوشش کرتی رہتی ہیں اور یہ کوشش لاشعور میں ایک ہیجان سا برپا رکھتی ہے۔ اس لیے سینسر کو بہت چوکنا اور طاقت ور رہنا پڑتا ہے تاکہ اس گڑبڑ کو سنبھالے رکھے۔ جب ان دبے ہوئے خیالات کو تجزیہ نفس کے ذریعے شعور میں لایا جاتا ہے، تو یہ بھی مصری بادشاہوں کی ممیوں کی طرح ضائع ہونا شروع ہو جاتے ہیں اور اُس کے ساتھ ہی لاشعور میں سکون پیدا ہونا شروع ہوتا ہے چنانچہ سینسر کی سختی میں بھی کمی آ جاتی ہے اور مریض افاقہ محسوس کرتا ہے۔

باب چہارم

فرائیڈ نے لاشعور کی موجودگی کے بہت سے ایسے محکم ثبوت دیے ہیں جن کو کسی طرح نظر انداز نہیں کیا جا سکتا۔ مثال کے طور پر کئی دفعہ بے اختیار ایسی باتیں منہ سے نکل جاتی ہیں جنھیں ہم زبان سے نکالنا نہیں چاہتے یا اور کئی قسم کی ایسی غلطیاں کر بیٹھتے ہیں جو بعض اوقات مصیبت کا باعث بن جاتی ہیں۔ باوجود محتاط رہنے کی خواہش کے، ان سے بچا نہیں جا سکتا جیسے کوئی غائبانہ طاقت سب کچھ کروا رہی ہو۔ اس کے علاوہ لاشعور کی موجودگی کا احساس خوابوں سے بھی ہوتا ہے، جن کو صحت مند اور بیمار بھی دیکھتے ہیں۔ ہم ان غلطیوں اور خوابوں کے معنے شعوری طور پر نہیں سمجھتے، لیکن لاشعور اور سینسر کے نظریات کی امداد سے بخوبی سمجھ سکتے ہیں۔

اب ہم لاشعور کی تحقیقات کے لیے ان روزمرہ غلطیوں کا مطالعہ کرتے ہیں جن کو فضول سمجھ کر عموماً نظر انداز کر دیا جاتا ہے، بولنے یا لکھنے میں غلط الفاظ استعمال کرنا، کچھ پڑھنے یا سمجھنے میں غلطی کرنا، عام چیزوں یا عزیز دوستوں کے نام بھول جانا، چیزیں کھو دینا، یا کہیں رکھ کر بھول جانا، کسی ضروری کام کا خیال وقت پر نہ آنا وغیرہ وغیرہ، حافظہ اچھا خاصا ہونے کے باوجود جب ایسی غلطیاں سرزد ہوتی ہیں تو سخت حیرانی اور اُلجھن ہوتی ہے اور اپنے آپ پر غصہ آتا ہے۔ ہم کئی ایسی غلطیاں بھی کرتے ہیں جو مزاحیہ رنگ اختیار کر لیتی ہیں، مثلاً چند فقرے بولنے کی بجائے جب جلدی میں ایک ہی فقرہ بول کر مطلب ادا کیا جاتا ہے تو اس کے معنے کچھ کے کچھ ہو جاتے ہیں۔ تلفظ غلط ہو جانے کی وجہ سے بھی معنوں میں فرق پڑ جاتا ہے یا بے اختیار ایسی بات منہ سے نکل جاتی ہے جس کو چھپانے کی کوشش کی جا رہی تھی۔ ایسے ہی مختلف الفاظ کا

منہ سے اکٹھا نکل جانا، دو متضاد خیالات کا بہ یک وقت ادا ہونا، ذو معنی الفاظ میں مذاقیہ باتیں کرنا وغیرہ۔

عام طور پر سمجھا جاتا ہے کہ لغزشِ قلم اور لغزشِ زبان کے اسباب طبعی ہوتے ہیں، جیسے تھکان، دورانِ خون میں خرابی، طبیعت میں جوش خیالات کا انتشار وغیرہ لیکن اگر صحت مند آدمی پوری احتیاط برتنے کے باوجود ایسی غلطیاں کریں تو ثابت ہوتا ہے کہ طبعی کیفیت کا ان سے کوئی تعلق نہیں ہوسکتا۔ فرائیڈ نے جب ان کے متعلق تحقیقات شروع کی تو ثابت ہوا کہ ایسی غلطیوں میں طبعی حالت کا دخل ضرور ہوتا ہے، لیکن صرف اسی کو ان کی اصلی وجہ سمجھ بیٹھنا صحیح نہیں ہے۔ یہ بھی معلوم ہوا کہ بولتے وقت سب سے زیادہ ایسی غلطیاں سرزد ہوتی ہیں جن میں مطلوبہ معنوں کے برعکس معنوں کے الفاظ بول دئے جاتے ہیں۔ اس کی وجہ عموماً یہ بتائی جاتی ہے کہ سلسلہ خیالات میں جب ایک لفظ دوسرے کو یاد دلاتا ہے تو وہی اس کی جگہ لے لیتا ہے، یا آواز کی مشابہت کے باعث دوسرا لفظ منہ سے نکل جاتا ہے مگر یہ ثبوت کافی نہیں۔ کئی ایسی مثالیں بھی ملتی ہیں جن میں غلطی پُرمعنی معلوم ہوتی ہے۔ ان الفاظ کا بغور مطالعہ کرنے سے واضح ہوتا ہے کہ ان کے معنی بھی اور ہوتے ہیں اور کہنے کا مقصد بھی اور۔ ایسی باتیں یوں ہی منہ سے نہیں نکل جاتیں۔ پیشتر اس کے کہ ہم ان کو نفسیاتی طور پر سمجھنے کی کوشش کریں ایک شاعر کی مثال لیتے ہیں جو جان بوجھ کر اپنے کلام میں ذو معنی الفاظ استعمال کرتا یا اپنے کسی کردار سے ایسے لفظوں کا مزاحیہ استعمال کرواتا ہے جو تلفظ میں مشابہ ہوں، لیکن معنوں میں مختلف، اس سے اس کی تصنیف میں ایک طرح کا حسن پیدا ہو جاتا ہے اور وہ پُرمعنی بن جاتی ہے۔ اس سے ظاہر ہے کہ شاعر کو الفاظ کی تاثیر اور ان کے لاشعوری معنوں کا علم ہوتا ہے اور لوگ بھی سمجھ لیتے ہیں کہ یہ سب کچھ کیوں پنہاں رکھا گیا۔ شاعر اس خوش اسلوبی سے اندرونی کیفیت کو بیان کر دیتا ہے کہ سمجھنے والے اسے داد دیتے ہیں۔

جب کوئی اپنے عزیز دوست کا نام بار بار بھولتا ہے تو اُس کا تجزیۂ نفس کرنے سے پتہ چلتا ہے کہ غیر شعوری طور پر وہ اس سے نفرت کرتا ہے مگر اپنے اس جذبے کو محسوس نہیں کرنا چاہتا۔ چنانچہ جب اپنے اس جذبے کو وہ دباتا ہے تو نام بھی ساتھ میں دب جاتا ہے۔ مثال

کے طور پر ایک شخص کو ایک لڑکی سے محبت تھی مگر اس لڑکی نے اس کی بجائے اس کے دوست سے شادی کر لی۔ اس واقعے کے کچھ عرصہ بعد اس شخص کو اپنے دوست کا نام بھولنا شروع ہو گیا۔ جب کبھی اس کا ذکر آتا تو کسی دوسرے سے اس کا نام پوچھتا۔ اس سے صاف ظاہر ہے کہ وہ اپنے دوست سے نفرت کرتا ہے اور اس کے متعلق سب کچھ بھول جانا چاہتا ہے۔ ایسے حالات میں دوست کی دی ہوئی کسی چیز کی بھی کوئی قدر نہیں رہتی اور وہ گم ہونی شروع ہو جاتی ہے یعنی غیر شعوری طور پر دل نہیں چاہتا کہ اس کی موجودگی دوست کی یاد دلائے۔ ایک دفعہ ایک میاں بیوی کے تعلقات بگڑنے شروع ہوئے۔ بیوی پہلے تو شادی کی انگوٹھی گنوا بیٹھی۔ پھر کچھ عرصہ بعد دونوں میں طلاق ہو گئی۔ اس طرح وعدہ کر کے بھول جانا بھی تعلقات کی خرابی کو ظاہر کرتا ہے۔

بعض اوقات اس قسم کی غلطیوں یا چھوٹے چھوٹے حادثات کو بُرے شگون سمجھا جاتا ہے، جیسے کسی کام کو جاتے وقت ٹھوکر کھا کر گر پڑنا، کسی کا پیچھے سے آواز دے دینا، بلی کا راستہ کاٹنا وغیرہ۔ ایک شخص اپنے کاروبار پر نہ جاتا جب تک کسی بھنگن کو سر پر غلاظت کا ٹوکرا اُٹھائے نہ دیکھ لیتا تھا۔ ان لوگوں کا سلسلہ خیالات ہی کچھ اس طرح چلتا ہے، جیسے ”اگر ایسا ہوا تو اچھا نہ ہوگا یا اچھا ہوگا“ وغیرہ۔ گویا کہ بھنگن کو دیکھ لینا ہی اُس کی قسمت بدل سکتا ہے۔ ایسے وہمی لوگوں کا زاویۂ نگاہ بہت تنگ اور زندگی محدود ہوتی ہے۔ وہ ہر نیا کام کرنے سے ڈرتے اور اُس وقت کا انتظار کرتے ہیں کہ کوئی اچھا شگون ہو تو کام شروع کریں۔ ایسے لوگ عموماً زندگی میں ناکام رہتے ہیں اور وہم و جنون کا شکار ہو جاتے ہیں۔

لغزشِ زبان اور لغزشِ قلم وغیرہ کی وجہ، جو تجزیۂ نفس کے ذریعے معلوم کی گئی، وہ یہ ہے کہ دو متضاد خیالات کا بہ یک وقت ذہن میں پیدا ہونا اور اُن کی باہمی مداخلت، مثلاً ایک شخص ایک بات کہنا چاہتا ہے دوسری نہیں کہنا چاہتا۔ اب یہ کس قسم کے خیالات ہوتے ہیں جن کا اظہار مناسب نہیں سمجھا جاتا اور وہ خیالات شعوری خیالات کی رو میں اپنے آپ مداخلت پیدا کر کے ان غلطیوں کا باعث بن جاتے ہیں۔ گہرا مطالعہ کرنے سے ظاہر ہوتا ہے کہ ان کے معنی عموماً مطلوبہ معنوں کے برعکس ہوتے ہیں۔ اس لیے لغزشِ زبان ہمیشہ اندرونی کشمکش کو ظاہر کرتی ہے۔ قابلِ اعتراض خیالات پہلے سے لاشعور میں سرگرم ہوتے ہیں موقعہ پاتے ہی سنسر

سے بچ کر وہ شعور میں آ جاتے ہیں یا جب آنے لگتے ہیں تو اُن کو دبا کر جب بات کی جاتی ہے تو ردِعمل کی وجہ سے وہ لغزش کی صورت میں ظاہر ہوتے ہیں۔ جن الفاظ کے ذریعے لاشعوری خیالات ذہن میں آتے ہیں وہ مختلف ضرور ہوتے ہیں مگر ان کا آپس میں تعلق گہرا ہوتا ہے اور اسی تعلق کی بنا پر وہ ذہن میں آتے ہیں۔ جب ہم ان خیالات کا بغور مطالعہ کرتے ہیں تو ایک بات صاف طور پر نظر آتی ہے کہ یہ تین قسم کے ہوتے ہیں:

۱۔ پہلا گروپ جس میں مداخلت کرنے والے خیال کا علم پیشتر ہی ہوتا ہے۔
۲۔ دوسرا گروپ ان خیالات کا جنھیں پہچان لیا جاتا ہے لیکن یہ علم نہیں ہوتا کہ وہ ذہن میں پہلے سے سرگرم کار تھے۔
۳۔ تیسرا گروپ ان خیالات کا جن سے ایسی گھبراہٹ ہوتی ہے کہ انھیں اپنایا نہیں جا سکتا۔ چناں چہ کوئی نہ کوئی وجہ بیان کر کے انھیں ٹالنے کی کوشش کی جاتی ہے، یا دوسروں کو اس کا سبب قرار دیا جاتا ہے۔

پہلے دونوں گروپوں میں مداخلت کرنے والے خیالات کا احساس شروع ہی سے ہوتا ہے مگر ان کا اظہار مناسب نہ سمجھتے ہوئے، کوشش کے ساتھ انھیں دبائے رکھا جاتا ہے مگر شعوری خیالات کی مشابہت یا کشش کے باعث وہ مرضی کے خلاف منہ سے نکل جاتے ہیں۔ یہ خیالات یا تو متضاد قسم کے ہوتے ہیں یا دونوں کا ملا جلا اظہار ہوتا ہے یا ان کے عوض دوسرے الفاظ منہ سے نکل جاتے ہیں۔

تیسرے گروپ میں نامناسب بات کا احساس زیادہ ہوتا ہے مثلاً کسی سے وقت کر کے اس سے نہ ملنا۔ ضروری خطوط کا جواب نہ دینا یا لکھ کر پوسٹ کرنا بھول جانا وغیرہ۔ ایسی حرکات میں خطا یا گناہ کا احساس ضرور ہوتا ہے کیونکہ شعوری طور پر اس طرح کرنے کی خواہش نہیں ہوتی۔ چنانچہ ان سے غیر شعوری نفرت اور ناراضگی کا اظہار ہوتا ہے، جیسے تعلقات قائم رکھنا منظور نہ ہو۔ اسی طرح مستعار لی ہوئی چیزیں واپس نہ لوٹانا، ان پر قبضہ کر لینے کی خواہش کو ظاہر کرتا ہے اگر کوئی حادثہ پیش آئے تو اسے بھول جانے کی کوشش ہوتی ہے، کیونکہ اس کی تکلیف دہ یاد کو دوبارہ محسوس کرنا مرغوب نہیں ہوتا۔ تکلیف دہ چیزوں سے بھاگنا

ایک فطری ردِعمل ہے۔ اس لیے ایسی غلطیوں یا لغزش زبان و قلم وغیرہ کی تہ میں تکلیف دہ خیالات سے فرار ہی کا مقصد ہوتا ہے۔ بعض اوقات دستوں کے نام اس لیے بھی بھول جاتے ہیں کہ اُن کا تعلق کسی ایسے سلسلۂ خیال کے ساتھ مل جاتا ہے جو بہت تکلیف دہ ہوتا ہے۔ اسی طرح یادداشت خراب ہونے کی تہ میں بھی ایسے ہی تکلیف دہ تجربات سے بھاگنے کی خواہش ہوتی ہے۔

چونکہ تجزیۂ نفس کی بنیاد بروئر کے اس نظریے پر رکھی گئی کہ "علاماتِ مرض کے کچھ معنے ضرور ہوتے ہیں۔" اس لیے جب یہ معنے معلوم کرنے کے لیے مریضوں سے تلازمِ افکار حاصل کرنے شروع کیے گئے تو انہوں نے اپنے خواب بھی بتانے شروع کر دیے۔ پھر یہ شبہ ہوا کہ علامت مرض کی طرح شاید خواب بھی کچھ معنی رکھتے ہوں۔ جب ان خوابوں کے معنی معلوم کرنے کی کوشش کی گئی تو بہت جلد ثابت ہو گیا کہ لغزشِ زبان و تحریر کی طرح خواب بھی مرض کے ساتھ گہرا تعلق رکھتے ہیں۔ اب خوابوں کی بھی چھان بین شروع ہو گئی تا کہ اس کے ذریعے بیماری کی جڑ تک پہنچا جا سکے۔ فرائیڈ خوابوں کی بہت گہری تحقیقات کرنے کے بعد اس نتیجہ پر پہنچا کہ خواب خود ایک علامت مرض (Symptom) ہیں چوں کہ صحت مند لوگ بھی خواب دیکھتے ہیں، اس لیے ان کا مطالعہ صحت مند لوگوں کی علامت کہہ سکتے ہیں اور ان کے مطالعہ سے ذہنی مریضوں کے متعلق بہت کچھ معلوم کیا جا سکتا ہے۔

خواب ہمیشہ چھوٹے چھوٹے ٹکڑوں میں دیکھے جاتے ہیں لیکن جب ہم ان کو یاد کرتے ہیں تو وہ ایک مسلسل شکل اختیار کر لیتے ہیں اور اس شکل میں ہی ہم انھیں دوسروں کو سناتے ہیں، لیکن بعض اوقات سناتے وقت بھی خواب میں کچھ نہ کچھ کمی و بیشی ہو جاتی ہے لیکن لوگ اس کو ہی صحیح تسلیم کر لیتے ہیں۔ ڈاکٹر یا حکیم لوگ تو ہمیشہ خوابوں کی وجہ، معدے کی خرابی یا دوسرے جسمانی عوارض قرار دیتے ہیں لیکن سب یہ جانتے ہیں کہ انسان کو زمانہ قدیم سے خوابوں سے گہری دلچسپی رہی ہے۔ اس لیے وہ ان کو بہت اہمیت دیتے اور ہمیشہ ان کی تعبیر معلوم کرنے کی کوشش کرتے ہیں۔ اس سے ظاہر ہوتا ہے کہ پرانے وقتوں کے لوگ بھی ان کی ظاہری صورت پر یقین نہ کرتے ہوئے ہمیشہ ان کی گہرائی میں پہنچنے کی کوشش کرتے رہتے،

تا کہ ان کے معنے معلوم ہوں مگر انہوں نے ہمیشہ ان کو مستقبل کے متعلق پیشین گوئی ہی سمجھا لیکن فرائیڈ نے جب بہت سے خوابوں کا ترجمہ کیا تو وہ اس نتیجے پر پہنچا کہ خواب مستقبل کے متعلق کچھ نہیں بتاتے بلکہ زمانہ ماضی کے بھولے ہوئے حالات کو ایک بگڑی ہوئی شکل میں دہرا دیتے ہیں یا کسی تشنہ خواہش کی تکمیل کے لیے ذہن میں آ جاتے ہیں۔ اس کے علاوہ ''خوابی ساخت'' کے بہت سے اصول بھی معلوم کئے گئے جن سے پتہ چلتا ہے کہ خواب بنتے کیسے ہیں۔ انہی اصولوں کی امداد سے ہم خواب میں چھپے ہوئے لاشعوری مطلب کو اب اچھی طرح سے سمجھ سکتے ہیں۔

خواب دیکھنے کے لیے سونا بہت ضروری ہوتا ہے۔ اسی لیے ارسطو (Aristotle) خواب کو نیند کی ذہنی زندگی کہتا ہے۔ یہ زندگی ہماری روزمرہ زندگی سے کچھ مشابہت رکھتی ہے لیکن پھر بھی بہت مختلف ہوتی ہے۔ نیند اور خواب کا بہت گہرا تعلق ہے۔ خواب کا مقصد تو نیند کو برقرار رکھنے کی کوشش کرنا ہوتا ہے لیکن بعض اوقات آنکھ کھل بھی جاتی ہے۔ چنانچہ اب ہم خواب کو سونے اور جاگنے کی درمیانی کیفیت کا نام دیتے ہیں۔ خواب کو سمجھنے کے لیے ضروری ہے کہ ہم پہلے نیند کی کیفیت کو سمجھیں۔ نیند ایک جسمانی کیفیت بھی ہے اور ذہنی بھی۔ سوتے ہوئے ہمیں باہر کی کسی چیز کا بھی علم نہیں ہوتا۔ یوں بھی کہہ سکتے ہیں کہ جب ہم دنیا سے اُکتا جاتے ہیں تو سو جاتے ہیں۔ طبعی طور پر سونے کا مقصد جسم کو آرام پہنچانا ہوتا ہے، تا کہ جاگنے پر وہ تر و تازہ ہو جائے۔ نفسیاتی نقطۂ نظر سے ہم بیرونی دنیا سے عارضی بے تعلقی پیدا کر لیتے ہیں، تا کہ ان وقفوں کے ذریعے اپنے تعلقات کو دلچسپی کے ساتھ برقرار رکھ سکیں۔

سوتے ہوئے آدمی کی حالت بالکل ایسی ہوتی ہے جیسے ماں کے پیٹ میں بچہ ہو۔ کئی لوگ گنبد کی طرح گول مول ہو کر یوں سوتے ہیں گویا اپنی اسی ابتدائی کیفیت کو دہرا رہے ہیں۔ ویسے بھی سونے کے لیے یہ ضروری ہے کہ بستر آرام دہ ہو۔ کمرے میں اندھیرا ہو اور کسی قسم کا شور نہ ہو۔ یہ ماحول تقریباً ماں کے پیٹ کے ماحول کی طرح ہے، جس میں بچہ پرورش پاتا ہے۔ یہاں کے آرام و سکون کا اتنا گہرا اثر ہو چکا ہوتا ہے کہ ماضی کو دہرانے کی خواہش انسان کے اندر ہمیشہ قائم رہتی ہے اور سو کر اس خواہش کو پورا بھی کیا جاتا ہے۔

گہری اور پُر سکون نیند، جس میں کوئی خواب نہیں آتے، سب سے اچھی سمجھی جاتی ہے، کیونکہ خواب دکھائی دینا ظاہر کرتا ہے کہ نیند میں بھی ذہنی سرگرمی جاری ہے۔ سونے کے ساتھ ذہنی سرگرمی شاید اس لیے ختم نہیں ہوئی کہ کوئی نہ کوئی اندرونی یا بیرونی محرک ذہن پر اثر انداز ہوتا رہتا ہے اور مکمل سکون پیدا نہیں ہونے دیتا۔ جب ذہن پر کوئی چیز اثر کرے تو اس کا ردِعمل ہونا ضروری ہے۔ اس لیے خواب ایسے اثرات کا ردِعمل ہیں جو نیند کی حالت میں ذہن پر اثر انداز ہوتے ہیں۔ اب ہم خوابوں کا ترجمہ کر کے جستجو کر سکتے ہیں کہ وہ ایسے کون سے اثرات ہیں جو نیند میں خلل پیدا کرنے کی کوشش کرتے ہیں اور جن کو انسانی ذہن خوابوں میں بدلتا رہتا ہے، تا کہ نیند کو جاری رکھا جا سکے۔ یہ خصوصیت سب خوابوں میں پائی جاتی ہے۔

خواب دیکھتے وقت چونکہ حقیقت کے ساتھ کوئی تعلق نہیں رہتا، اس لیے خواب کی ہر بات سچی معلوم ہوتی ہے اور ان پر پورا یقین ہوتا ہے کہ یہ سب کچھ ہم پر بیت رہا ہے لیکن جاگنے پر جب ہم حقیقت کے ساتھ تعلق پیدا کرتے ہیں، تو احساس ہوتا ہے کہ ہم خواب دیکھ رہے تھے کیونکہ خواب اور حقیقت میں بہت فرق ہوتا ہے۔ خوابوں میں چیزیں عموماً دیکھی جاتی ہیں۔ سنی اور محسوس کم ہی کی جاتی ہیں۔ اس لیے خواب کو یاد رکھنے یا سنانے میں دشواری ہوتی ہے۔ کسی واقعہ کو یاد رکھنے کے لیے یہ ضروری ہے کہ اسے الفاظ میں دہرایا جائے، اس لیے الفاظ اور یادداشت کا گہرا تعلق ہے۔

اب ہم یہ دیکھتے ہیں کہ خواب کس طرح بیرونی اور اندرونی اثرات کا ذہنی ردِعمل ہوتے ہیں اگر سوتے وقت گھڑی کا الارم بجے یا کوئی اور آواز پیدا ہو اور آنکھ نہ کھلے تو خواب آنے شروع ہو جاتے ہیں مگر یہ آواز مختلف شکلیں اختیار کر لیتی ہے مثلاً ریل کی ٹکر لگ رہی ہے یا چینی کے برتن گر کر ٹوٹ رہے ہیں یا زور کی بارش، بجلی کی کڑک اور بادل کی گرج کی آواز پیدا ہو رہی ہے وغیرہ وغیرہ۔ اس سے ظاہر ہوتا ہے کہ جو چیز نیند میں مخل ہو رہی ہو وہ خواب میں کسی دوسری شکل میں نمودار ہوتی ہے۔ ایک ہی آواز مختلف لوگوں کو یا ایک ہی شخص کو مختلف حالات میں مختلف طریقوں سے سنائی دیتی ہے۔ خواب کے معنی سمجھنے کے لیے یہ سمجھنا ضروری ہے کہ لاشعور نے گھڑی کے الارم کو ظاہر کرنے کے لیے ایک خاص قسم کی آواز اور وہی آواز کیوں

منتخب کی، جس طرح کوئی بیرونی آواز خواب بننے کا باعث ہوسکتی ہے۔ اسی طرح اندرونی یا جسمانی اسباب مثلاً پیٹ کا درد، ہاضمہ کی خرابی وغیرہ بھی خواب بننے کا باعث ہوسکتے ہیں۔ ان کا بغور مطالعہ کرنے سے یہ سوال پیدا ہوتا ہے کہ اگر خواب جسمانی یا بیرونی وجہ سے پیدا ہوتے ہیں تو اپنی اصلی شکل میں کیوں نظر نہیں آتے، گھڑی کا الارم بادل کی گرج میں کیوں بدل جاتا ہے۔ تحقیقات کرنے سے واضح ہوتا ہے کہ خواب محض جسمانی یا بیرونی اسباب سے ہی پیدا نہیں ہوتے بلکہ ان کا تعلق ذہنی سرگرمی کے ساتھ ہوتا ہے، جو نیند کی حالت میں بھی جاری رہتی ہے اگر یہ صحیح ہے تو اس کے معنے یہ ہوئے کہ جس نے خواب دیکھا، وہ اس کے معنی بھی سمجھتا ہوگا لیکن اگر ہم اس سے مطلب پوچھیں تو باوجود کوشش کے، وہ کچھ نہیں بتا سکتا۔ خود خواب دیکھ کر اور اس کا خالق ہوتے ہوئے اس کے معنی معلوم ہونے چاہئیں، مگر وہ یہ نہیں جانتا کہ جانتا ہے، اس لیے سمجھتا ہے کہ وہ نہیں جانتا۔ اس طرح ہم بہت سی باتیں بغیر جانتے ہوئے بھی جانتے ہیں لیکن سمجھتے ہیں کہ نہیں جانتے۔ برنہیم (Bernheim) نے ایک تجربہ کیا تھا جس میں ہپنوسز کے دوران کی باتیں جو مریض کو بالکل یاد نہ تھیں، کوشش کرنے پر آہستہ آہستہ اسے یاد آنی شروع ہوگئیں۔ اس سے صاف طور پر ظاہر ہے کہ مریض کو یہ معلوم نہیں تھا کہ وہ سب کچھ جانتا ہے، اس لیے سمجھتا تھا کہ کچھ نہیں جانتا اور ان کے جاننے سے انکار کرتا تھا اگر یہ ممکن ہے کہ وہ ان معلوم باتوں کو بھی یہ سمجھے کہ نہیں جانتا، تو اور بھی ایسی باتیں ہوسکتی ہیں جو اسے معلوم نہیں مگر وہ سمجھتا ہے کہ انھیں نہیں جانتا۔ اس سے یہ ثابت ہوتا ہے کہ جب ہم سے کوئی ذہنی غلطی مثلاً لغزشِ زبان یا لغزشِ قلم وغیرہ سرزد ہوتی ہے تو اس کا مطلب ہمیں معلوم ہوتا ہے، اسی طرح خوابوں کے معنے بھی ہم نہ جانتے ہوئے جانتے ہیں۔

ہپنوسز کی کیفیت کو مصنوعی نیند کہتے ہیں اور اس حالت میں جو باتیں کہی جاتی ہیں وہ خواب کی طرح معلوم ہوتی ہیں۔ اس لیے دونوں حالات میں اندرونی کیفیت ایک ہی جیسی ہوتی ہے۔ نیند کی حالت میں کسی بیرونی چیز سے دلچسپی قائم نہیں رہتی۔ اس طرح ہپنوسز کی مصنوعی نیند کے دوران میں سوائے عامل کے معمول کو کسی بیرونی چیز کے ساتھ کوئی تعلق نہیں رہتا مگر وہ عامل کی ہر بات سنتا ہے اور اس پر عمل کرتا ہے۔ ان کا باہمی تعلق بالکل ماں بچے کا سا ہوتا

ہے اگر بچہ ذرا سا بھی ہلے یا روئے تو سوئی ہوئی ماں فوراً جاگ جاتی ہے، مگر ویسے اتنی آسانی سے نہیں جاگتی۔ گویا نیند کے باوجود ماں کا ذہنی تعلق بچے کے ساتھ قائم رہتا ہے اور وہ لاشعوری طور پر بچے کی ہر حرکت سے باخبر رہتی ہے۔ اسی طرح ہم خوابوں کے معنی بظاہر کچھ نہ سمجھتے ہوئے بھی بخوبی سمجھتے ہیں۔ ان باتوں سے ہمیں صرف لاشعور کی موجودگی ہی کا نہیں بلکہ اس کی سرگرمی کا بھی پتہ چلتا ہے، جو خواب کی صورت میں نمایاں ہوتی ہے۔

فرائیڈ نے صرف ان ہی امور کے متعلق معلومات حاصل نہیں کیں کہ لاشعور اور قبل شعور میں کیا فرق ہے اور اُن کے درمیان ایک سینسر بھی ہے۔ اس کے علاوہ ''خواب'' جو ہر انسان کی ذہنی پیداوار ہوتے ہیں، ان کی تعبیر بھی فرائیڈ کی توجہ کا مرکز بنی اور تجزیۂ نفس میں اس کو بہت اہمیت دی گئی۔ اس کمسن سائنس نے اگر کسی کام کو تکمیل تک پہنچایا تو وہ خوابوں کا لاشعوری مطلب سمجھنے کا طریقہ ہے۔ فرائیڈ ''خوابی ساخت'' اور اس کے معنی معلوم کرنے کا طریقہ اس طرح بیان کرتا ہے:

دن کی مصروفیات کی وجہ سے رات کو سوتے وقت ایک سلسلۂ خیالات پیدا ہونا شروع ہوتا ہے اور پھیلتا جاتا ہے اگر کوئی خاص واقعہ پیش آتا ہو تو بار بار اُسی کا خیال آتا رہتا ہے۔ ورنہ خیالات ادھر اُدھر گھومتے رہتے ہیں، یہاں تک کہ نیند آجاتی ہے لیکن سونے کے بعد بھی یہ سرگرمی ایک مدھم سلسلۂ خیالات کی صورت میں جاری رہتی ہے اور جب یہ خیالات کسی لاشعوری خیال کے ساتھ تعلق پیدا کرنے میں کامیاب ہو جاتے ہیں تو لاشعوری خیال ان کی قوت کے ذریعے از سرِ نو تر و تازہ ہوکر شعور میں آنے کے لیے سرگرمِ کار ہو جاتا ہے، مگر سینسر سے بچنے کے لیے ضروری ہے کہ وہ کوئی ایسا بھیس بدلے کہ پہچاننا مشکل ہو جائے۔ اس لیے عموماً وہ دن کے خیالات ہی کا بھیس بدل لیتا ہے اور سینسر اسے دن ہی کا واقعہ سمجھتے ہوئے شعور میں جانے کی اجازت دے دیتا ہے۔ جب لاشعوری خیال اپنی اس چال میں کامیاب ہو جاتا ہے تو سوئے ہوئے شعور میں اپنی تسکین حاصل کرنے کے لیے خواب کی صورت میں آجاتا ہے۔ اس طرح ان دبی ہوئی خواہشات کا کچھ نہ کچھ اظہار تو ہو جاتا ہے، لیکن پوری تسکین کے لیے اتنا ہی کافی نہیں ہوتا کیونکہ اس کیفیت میں تو آدمی حقیقت سے بالکل بے تعلق ہوتا ہے اور

کوئی خواہش پوری کرنے کے لیے ضروری ہے کہ اس کا تعلق حقیقت کے ساتھ بھی ہو۔ کھانے کے خواب دیکھ کر بھوک نہیں مٹ سکتی۔ اس کے لیے حقیقت میں کچھ نہ کچھ کھانا ہی پڑتا ہے لیکن خوابوں کی تسکین بالکل خیالی قسم کی ہوتی ہے۔ جو حقیقت میں بالکل بے کار ثابت ہوتی ہے۔

خوابوں کا مطلب سمجھنے کے لیے یہ ضروری ہے کہ ان کو اصلی رنگ میں دیکھا جائے۔ اس لیے تجزیہ نفس کا طریقہ، جس سے علامت مرض کے معنی معلوم کیے جاتے ہیں، خوابوں کو سمجھنے کے لیے استعمال میں لایا جاتا ہے، یعنی مریض کو ہدایت دی جاتی ہے کہ جو کچھ بھی اس کے ذہن میں آئے وہ بولتا چلا جائے اور کسی خیال کو بھی چھپانے کی کوشش نہ کرے اور نہ ہی کسی خیال کو فضول سمجھتے ہوئے رد کرے۔ بہ ظاہر تو یہ طریقہ بہت آسان اور معمولی معلوم ہوتا ہے، لیکن دراصل بہت مشکل ہے اور بعض اوقات دماغ بالکل بند سا ہو جاتا ہے اور کوشش کرنے کے باوجود کوئی خیال نہیں آنے پاتا۔ یہ مشکل اس لیے پیش آتی ہے کہ جب تلازمِ افکار کے دوران میں کسی شعوری خیال کا تعلق کسی لاشعوری خیال کے ساتھ ہو جاتا ہے تو سینسر ان دونوں خیالات کو شعور میں آنے سے روک دیتا ہے اور یوں سلسلۂ خیالات ٹوٹ جاتا ہے اور اس لیے دماغی فعالیت بالکل ختم ہو جاتی ہے اور کوئی بھی خیال نہیں آنے پاتا۔ اس رکاوٹ کو ہٹانا، تاکہ تلازمِ افکار جاری رہ سکے، بہت مشکل کام ہوتا ہے۔ جب تجزیہ دان اس رکاوٹ کے معنی سمجھتے ہوئے مریض کو بتاتا ہے تو یہ رکاوٹ رفع ہو جاتی اور خیالات کا سلسلہ پھر سے شروع ہو جاتا ہے۔ بعض اوقات بہت اہم قسم کی باتیں یاد آتی ہیں، جن کا تعلق براہِ راست مرض کے ساتھ ہوتا ہے۔ یہ بھی دیکھا گیا ہے کہ جتنی دبی ہوئی یادیں زیادہ اہم قسم کی ہوتی ہیں اُتنی ہی زیادہ رکاوٹ محسوس ہوتی ہے اور اتنی ہی گہری تعبیر لازمی آتی ہے۔ جب بھی ہم خوابوں کے ذریعے لاشعوری گہرائیوں میں جانے کی کوشش کرتے ہیں تو اسی قسم کی مشکلات کا سامنا کرنا پڑتا ہے اور ہمیشہ سینسر کی روک کو توڑ کر لاشعوری خیالات کو ذہن میں لانا پڑتا ہے، تاکہ مریض اُن کی اہمیت کو سمجھ سکے۔ عموماً ان کی اہمیت بہت زیادہ ہوتی ہے۔ اسی لیے تو سینسر انھیں شعور میں آنے کی اجازت نہیں دیتا اگر ایسی بات ہوتی تو کسی قسم کی روک کا سوال ہی پیدا نہ ہوتا۔ مثال کے طور پر جب بچہ اپنی مٹھی یہ دکھانے کے لیے نہیں کھولتا کہ اس میں کیا چھپا رکھا ہے تو ہمیں پورا

یقین ہو جاتا ہے کہ ضرور کوئی ایسی چیز ہو گی جو اس کے پاس نہ ہونی چاہیے تھی۔ سینسر کی مخالفت ہر وقت ایک جیسی نہیں رہتی۔ بعض اوقات ایک ہی بات خواب کے معنی سمجھنے کے لیے کافی ہوتی ہے، کیونکہ کہ قابلِ اعتراض خیالات زیادہ گہرے نہیں ہوتے۔

بچوں کے خواب بہت چھوٹے اور صاف ہوتے ہیں۔ اس لیے آسانی سے سمجھے جا سکتے ہیں۔ جوں جوں بچے بڑے ہوتے ہیں سینسر کی مزاحمت کی وجہ سے خواب اتنے ہی بگڑنے شروع ہو جاتے ہیں پہلے ذکر کیا جا چکا ہے کہ ہر خواب کا دن کے واقعات کے ساتھ کچھ نہ کچھ تعلق ضرور ہوتا ہے اور یہی تعلق خواب کو سمجھنے میں مدد بھی دیتا ہے۔ مثال کے طور پر ایک چھوٹی بچی کو کشتی میں دریا کی سیر اتنی پسند آئی کہ وہ واپس گھر آنا نہیں چاہتی، چنانچہ گھر پہنچ کر وہ دیر تک روتی رہی اور پھر سو گئی۔ خواب میں دیکھا کہ وہ کشتی میں دریا کی سیر کر رہی ہے اور بہت خوش ہے۔ اسی طرح بچوں کی دوسری خواہشات جو حقیقت میں پوری نہیں ہوتیں خوابوں میں پوری ہو جاتی ہیں اور اُن کی شکل عموماً بدلی ہوئی نہیں ہوتی۔ خوابوں کا ایک اہم مقصد اُن خواہشات کو پورا کرنا بھی ہوتا ہے جو حقیقت میں پوری نہیں ہوتی ہیں، جیسے بھوکا روٹی کا خواب دیکھتا ہے، قیدی اپنی رہائی کا، طالب علم امتحان میں اپنی کامیابی کا، جوان لڑکی اپنی شادی کا، محاورے کے طور پر بلی کو چھیچھڑوں کے خواب بھی کہتے ہیں، وغیرہ وغیرہ۔

اب ہم یہ معلوم کرنا چاہتے ہیں کہ دبے ہوئے خیالات یا خواہشات سینسر سے پاس ہونے کے لیے کس طرح اپنی شکل بدلتے ہیں۔ ہر ایک خیال جو ذہن میں آتا ہے اس کے ساتھ اُس کا جذبہ بھی ہوتا ہے۔ خیالات کی شکل بدلنے کا طریقہ یہ ہوتا ہے کہ جذبے کو اُس کے متعلقہ خیال سے ہٹا کر کسی دوسرے معمولی سے خیال کے ساتھ لگا دیا جائے، جس سے اُس کا کوئی تعلق نہ ہو۔ اس لیے اصلی خیال بے جان ہو کر لاشعور میں دب جاتا ہے اور یہ دوسرا معمولی خیال، غیر شعوری جذبے کے ساتھ خواب کی صورت میں ظاہر ہو جاتا ہے۔ اس طرح دبے ہوئے خیالات کی شکل بگاڑ دی جاتی ہے، تاکہ وہ سینسر سے پاس ہو سکے۔ اسی وجہ سے خواب کے عجیب و غریب ہونے کا احساس ہوتا ہے اور آدمی اُسے ماننے کے لیے تیار نہیں ہوتا۔

لاشعور میں وہ خیالات سرگرم رہتے ہیں جن کو ہمارا شعور قبول نہیں کر سکتا کیونکہ وہ

ہماری تعلیم وتہذیب اور تربیت کے خلاف ہوتے ہیں اور سوسائٹی انھیں اچھا نہیں سمجھتی۔ اس لیے اُن کا دبے رہنا ہی مناسب سمجھا جاتا ہے۔ فرائیڈ اور دوسرے ماہرین تجزیۂ نفس نے لاشعور کی تحقیقات کرتے ہوئے ایسی بے لگام جبلی خواہشات دریافت کیں جو صرف زمانہ قدیم کے ان وحشی لوگوں میں پائی جاتی تھیں جو بے لگام جبلی زندگی بسر کرتے تھے۔ ان لوگوں میں جنسی خواہشات کی بے روک تسکین کا نتیجہ بہت بُرا نکلتا تھا۔ کئی قسم کی مشکلات کا سامنا کرنا پڑتا۔ کشت وخون ہوتے، باپ بیٹے کا دشمن اور بیٹا باپ کے خون کا پیاسا ہو جاتا۔ ہزار ہا سال کے تجربے نے انسان کو یہ سکھلایا کہ جنسی خواہشات پر کچھ نہ کچھ پابندی ضرور ہونی چاہیے۔ اس ابتدائی اخلاقی احساس کی وجہ سے ایسی پابندیاں عائد ہونی شروع ہو گئیں جن کی رو سے خونی رشتے کے جنسی تعلقات کو ممنوع قرار دیا گیا اور خلاف ورزی کرنے والے کے لیے بہت کڑی سزا مقرر کی گئی۔ اس خوف کا اثر یہ ہوا کہ بے لگام جنسی خواہشات کو دبانا پڑا۔ اس کا بہت قابلِ قدر نتیجہ یہ بھی نکلا کہ اس دباؤ سے ہماری تہذیب، ہمارے اخلاق اور ہماری معاشرتی زندگی کا آغاز ہوا اور جوں جوں یہ دباؤ بڑھتا گیا انسان زیادہ مہذب ہوتا گیا۔ اس طرح بے لگام جبلی خواہشات لاشعور کا حصہ بنتی گئیں۔ اب بھی ہمارے اندر ایسی خواہشات موجود ہیں جو بعض اوقات حالات کو اپنے موافق پا کر جب زور پکڑ لیتی ہیں تو طرح طرح کی نفسیاتی بیماریوں کی صورت میں نمودار ہو کر ہماری تکلیف کا باعث بنتی ہیں۔ اس کے علاوہ لاشعور میں اور بھی کئی قسم کی عجیب وغریب وحشیانہ خواہشات پائی گئیں، جیسے اپنے بہت قریبی عزیزوں اور دوستوں کے لیے موت کی خواہش رکھنا اور شدید احساسِ گناہ کی وجہ سے یا انتقام کے خوف سے انھیں دبائے رکھنا یا بچوں جیسی جنسی حرکات کر کے لطف اُٹھانا جن کو بڑی عمر میں تہذیب واخلاق سے گرا ہوا سمجھا جاتا ہے اور جن کو سوسائٹی روا نہیں رکھتی۔ اس قسم کی بری خواہشات لاشعور کی گہرائیوں میں برابر مستعد رہتی ہیں، مگر سینسر کے باعث شعور میں نہیں آسکتیں۔ اس لیے انھیں خیالی تسکین کے واسطے بھیس بدل کر خواب میں آنا پڑتا ہے۔

خواب لاشعوری خیال کی ایک بگڑی ہوئی صورت ہے، جس کا حقیقت کے ساتھ کوئی تعلق نہیں ہوتا ہے۔ اس لیے ہم اسے اچھا یا بُرا نہیں کہہ سکتے۔ خواب کا مقصد نیند کو برقرار رکھنا

ہے، دوسرے ایسی خواہشات کو خیالی معیار پر پورا کرنا جن کی تہذیب وتمدن اور معاشرت اجازت نہیں دیتی۔ جتنا یہ اس معیار سے گری ہوئی ہوں گی اتنی ہی زیادہ مسخ ہو کر ذہن میں آئیں گی اور اتنا ہی انھیں پہچاننا مشکل ہوگا۔ خواب میں مختلف چیزوں کی طرف اشارے ہوتے ہیں اور ایسی چیزیں جو خواب میں کسی دوسرے رنگ میں نظر آتی ہیں، اُن کی تعداد کچھ زیادہ نہیں ہے چونکہ انسان کو سب سے زیادہ دلچسپی اپنے آپ سے ہوتی ہے۔ اس لیے وہ خواب بھی عموماً اپنے ہی متعلق دیکھتا ہے۔ اسے اپنے ہی جذبات وخیالات مختلف رنگوں میں نظر آتے ہیں یا بہت نزدیکی رشتہ دار اس کے خواب کے کردار بن جاتے ہیں مثلاً والدین، بھائی، بہنیں، بچے، انسانی جسم، پیدائش، موت، عریاں ابدان وغیرہ وغیرہ، جب خواب میں آتے ہیں تو خاص معنی رکھتے ہیں۔ گھر کے معنی انسانی جسم کے ہوتے ہیں اگر دیواریں بالکل سیدھی ہوں تو مرد ورنہ عورت، بادشاہ، ملکہ یا کوئی بڑا افسر عموماً والدین کی بجائے خواب میں آتے ہیں۔ بہن بھائی اور بچے جانوروں یا کیڑے مکوڑوں کی شکل اختیار کرتے ہیں۔ پانی میں چھلانگ لگانا یا اس سے نکلنا یا ڈوبتے کو بچانا پیدائش کا اظہار کرتا ہے۔ سفر موت کو، کپڑے ننگے پن کو، لمبی چیزیں مثلاً چھڑی، بانس، درخت، چاقو، بندوق، خنجر، سانپ وغیرہ مرد کے عضو مخصوص کو، خالی یا کھوکھلی چیزیں جیسے بوتل، صندوق، کمرہ، دروازہ، الماری، برتن، گل دان وغیرہ عورت کے عضو مخصوص کی علامت بن جاتی ہیں۔ اسی طرح بھیس بدل کر اور بہت سے لاشعوری خیالات کو خواب میں آنے کی اجازت اس وجہ سے مل جاتی ہے کہ سینسر اُن کی اصلی شکل کو نہیں پہچان سکتا۔

خوابوں کو سمجھنے کے لیے پہلے تو تلازمِ افکار کے ذریعے اُن لاشعوری خیالات تک پہنچا جاتا ہے، جو خواب کا باعث بنتے ہیں اور اس کے بعد ان کے معنے معلوم کیے جاتے ہیں، گویا خواب کا ترجمہ اس کی لاشعوری زبان میں کیا جاتا ہے یعنی کہ سینسر کے کام کو ضائع کرنا تاکہ لاشعوری خیالات اپنی اصلی صورت میں نظر آسکیں۔ اس عمل کو خواب کی تعبیر کہتے ہیں۔ بعد ازیں لاشعور کے ان طریقوں کا بھی مطالعہ کیا جاتا ہے۔ جن کے ذریعے خیالات بھیس بدل کر خواب میں آتے ہیں۔ اس میں ایک تو "مختلف خیالات کو مجتمع کرنے" (Condensation) کا

طریقہ ہے، جس کے ذریعے ایک ہی خیال بہت سی اہم چیزوں کو ظاہر کرتا ہے۔ غیر شعوری خیال کے مختلف اہم پہلوؤں میں سے کسی ایک معمولی سے پہلو کو لے لیا جاتا ہے اور سب کا نمائندہ بنا کر شعور میں بھیج دیا جاتا ہے۔ وہ سینسر سے اس لیے بچ نکلتا ہے کیونکہ اس میں کوئی قابلِ اعتراض بات نظر نہیں آتی۔ یہ معمولی سا خیال اب خواب میں سب خیالات کی نمائندگی کرتا ہے، مثلاً خواب کے آدمی کی شکل ایک شخص سے مشابہ ہے، لباس دوسرے سے، کاروبار تیسرے سے اور نام چوتھے آدمی کا ہے، یعنی خواب کا ایک آدمی چار آدمیوں کو ظاہر کرتا ہے۔ اسی طرح اکثر ایک چیز کئی چیزوں کو ظاہر کرتی ہے۔

دوسرا طریقہ ہے "کسی خیال کو اُس کے متعلق جذبے سے جدا کرنا" (Dicplacement) اس طرح اصلی خیال بے جان ہو کر دب جاتا اور اس کا جذبہ کسی دوسرے معمولی سے خیال کے ساتھ شعور میں آ جاتا ہے، کیونکہ جذبے کو دبایا نہیں جا سکتا۔

تیسرا طریقہ ہے۔ "الفاظ کو تصورات میں تبدیل کرنا" اس کے ذریعے چیزوں کو الفاظ، یعنی ان کے ناموں کے ذریعے سمجھنے کی بجائے اصلی شکل میں دیکھا جاتا ہے مثلاً اگر سچائی اور نیکی کا ذکر ہو تو ایک سفید پوش بزرگ نظر آ جاتا ہے۔ جنسی خواہش کی بجائے آگ دکھائی دیتی ہے، وقت گزرنے کا خیال کسی پرانی بوسیدہ عمارت کی صورت میں ظاہر ہوتا ہے وغیرہ وغیرہ۔ اس سے ظاہر ہوتا ہے کہ انسان اپنی ذہنی ترقی کے دوران میں ایک ایسی منزل سے بھی گزرا جہاں الفاظ کی بجائے ذہن میں صرف چیزوں کی شکلیں یوں نظر آتی تھیں جیسے ہم سکرین پر فلم دیکھتے ہیں۔ پرانے زمانے میں لکھنے کا طریقہ بھی یہی تھا کہ شکلوں کے ذریعے اپنے خیالات کا اظہار کیا جاتا تھا۔ مصری زبان اسی طرح لکھی جاتی تھی۔ جوں جوں انسان ذہنی ترقی کی شکلوں کی جگہ مختصر نشان، الفاظ کی صورت لینے لگے کیونکہ شکلیں بنانی مشکل ہوتی تھیں، ان میں وقت بہت صَرف ہوتا تھا اور ان کے ذریعے اظہار کم ہوتا تھا۔ اس طرح رسم الخط بن گئے۔ ذہنی ترقی کی یہ منزل بچوں میں کافی نمایاں نظر آئی ہے۔ اُن کے تصورات میں شکلیں اتنی صاف ہوتی ہیں جیسے سچ مچ کوئی چیز دیکھ رہے ہوں۔ اسی لیے وہ کھیل کود کے دوران میں اپنے تصورات میں اس قدر کھوئے جاتے ہیں کہ انھیں آس پاس کی خبر نہیں رہتی۔ اسی وجہ سے بچوں

کی کتابیں بھی تصویروں سے بھری ہوئی ہوتی ہیں۔ جوں جوں وہ بڑے ہوتے ہیں تصورات مدہم ہونے شروع ہو جاتے ہیں اور ان کی جگہ الفاظ لینا شروع کر دیتے ہیں۔ اب وہ ان سے بھی اتنا ہی لطف اُٹھاتے ہیں جتنا بچپن میں تصویریں دیکھ کر اُٹھاتے تھے۔ اس طرح کتابیں پڑھنے کا شوق پیدا ہوتا ہے، بات چیت کا لطف آتا ہے اور سوچنے سمجھنے میں آسانی ہوتی ہے۔ تھکا ہوا آدمی بھی پڑھنے سے کچھ گریز ہی کرتا ہے، کیونکہ اس سے ذہن پر بوجھ پڑتا ہے۔ اس کی بجائے تصویریں دیکھنا اسے زیادہ پسند آتا ہے۔ اسی وجہ سے تصویروں والے رسالے عموماً زیادہ مقبول ہوتے ہیں۔ تھکان کی حالت میں نفسیاتی نقطۂ نظر سے کچھ ذہنی تنزل ہوتا ہے۔ اس لیے زبان اور الفاظ میں دلچسپی کم اور تصویروں میں زیادہ ہو جاتی ہے۔ اسی طرح خواب میں بھی ذہنی تنزل نمایاں ہوتا ہے اور الفاظ اپنی اصلی صورت اختیار کر کے ٹھوس چیزوں میں نظر آتے ہیں اگر خواب میں کوئی آدمی کسی چیز کے اوپر بیٹھا ہوا نظر آئے تو اس سے یہ ظاہر ہوتا ہے کہ وہ چیز اس کی ملکیت ہے۔ بعض اوقات خواب میں برعکس چیزیں کسی خیال کو ظاہر کرتی ہیں، جیسے اندھیرا روشنی کو، موت زندگی کو، رونا خوشی کو اور کپڑا ننگے پن کو، وغیرہ۔ کئی دفعہ سارے کا سارا خواب ہی لاشعوری اقتضا کے برعکس نظر آتا ہے۔

چوتھا طریقہ ہے 'خواب کو ایک کہانی کی شکل دینا۔ خواب ہمیشہ ٹکڑوں میں نظر آتا ہے، لیکن یاد کریں تو آپ سے آپ، ان میں ایک ایسا تسلسل پیدا ہو جاتا ہے، جو اسے ایک کہانی کی شکل دے دیتا ہے۔ اس طرح خواب کی شکل اور بھی بدل جاتی ہے۔ یہ طریقہ سب سے آخر میں استعمال ہوتا ہے۔

خوابی ساخت کے ان طریقوں کو سمجھنے کے لیے چند خواب بیان کیے جاتے ہیں:

1- ایک بہت بڑی چمگادڑ میرے اردگرد چکر کاٹتی اور مجھ پر جھپٹنے کی کوشش کر رہی ہے مگر میں خوف و ہراس کے مارے کھڑی کھڑی مسکرا رہی ہوں مگر بھاگ نہیں سکتی جیسے سکتہ سا ہو گیا ہو، اتنے میں چمگادڑ میرے ہاتھ پر جھپٹ کر اسے زخمی کر دیتی ہے اور میں چیخ مار کر اُٹھ بیٹھتی ہوں۔

2- جیسے کوئی چیز چھاتی کے اوپر بیٹھی میرا گلا دبا رہی ہے۔ دم گھٹ رہا ہے۔ میں کراہتی ہوئی

جاگ اُٹھتی ہوں۔ساتھ کی چارپائی پر والد سو رہے ہیں۔انھیں اُٹھاتی ہوں۔

3- ایک قوی الجثہ آدمی لمبا سا چھرا لیے میری کار کے پیچھے بھاگ رہا ہے۔میں کار کھڑی کر کے اس کے پاؤں پکڑ لیتی ہوں۔

4- ایک بہت بڑا سا مکان یک دم جلنا شروع ہو جاتا ہے۔میں بھاگ کر باہر آ جاتی ہوں۔ دوسرے لوگ بھی باہر نکل آتے ہیں۔مجھے خیال آتا ہے کہ میری بچی تو اندر ہی رہ گئی۔پھر ایک آدمی بھاگ کر اندر جاتا ہے اور بچی کو لے کر باہر آتا ہے،تو سارے کا سارا گھر نیچے گر پڑتا ہے اور میں ڈر کر اُٹھ بیٹھتی ہوں۔

5- ایک کمرے میں بہت سے بچے موجود ہیں۔میں کبھی ایک کو گود میں اُٹھاتی ہوں اور کبھی دوسرے کو گویا جیسے ہم نے وہاں ان کو چھپا رکھا ہے اور گورنمنٹ ان بچوں کو ملک سے باہر نکالنا چاہتی ہے۔

6- میں نے کسی ایسی چیز کی جوتی پہن رکھی ہے،جس کی کشش سے ایک سانپ میری طرف خود بہ خود کھنچا چلا آ رہا ہے اور میرے پاؤں پر گر کر مجھے ڈس لیتا ہے۔

7- ایک معمر آدمی میرے ساتھ موٹر میں بیٹھے ہوئے ہیں۔میں کسی بات پر جب ہنستی ہوں تو میرے منہ سے تھوک میرے کندھے پر گر جاتا ہے۔وہ شخص مجھے صاف کرنے کو کہتا ہے اور میرے ساتھ کچھ ایسی باتیں کرتا ہے جن سے کچھ دلچسپی ظاہر ہوتی ہے، میں بھی پسند کرتی ہوں۔

ان تمام خوابوں میں یہ طریقے کم و بیش واضح ہیں اور تجزیہ کرنے پر بخوبی نظر آ سکتے ہیں۔

خوابوں کا مطالعہ ہمیں انسان کی ذہنی ترقی کی ابتدائی منازل کا بھی پتہ دیتا ہے۔یہ سب بگڑی ہوئی شکلیں دراصل زمانہ قدیم کے طریق اظہار کی یادگاریں ہیں جو لاشعور میں دبی رہتی ہیں۔سوتے وقت ذہنی تنزل کی وجہ سے جب تہذیب کی ابتدائی منازل دہرائی جاتی ہیں تو ہم ایسی شکلیں دیکھتے ہیں جو دبے رہنے کی وجہ سے اور بھی مسخ ہو جاتی ہیں۔اسی طرح ابتدائی بچپن کے خیالات اور جذبات، جن کو بظاہر آدمی بھول گیا ہوتا ہے، جب خوابوں میں اچانک نمودار ہوتے ہیں تو ان کو پہچاننا مشکل ہو جاتا ہے کیونکہ یہ خیالات تہذیب سے گرے ہوئے

ہوتے ہیں۔اس لیے سنسر ان کو برے اور خطرناک سمجھتا ہے مگر وہ متحرک ہونے کی وجہ سے دبے نہیں رہ سکتے اور بھیس بدل کر خوابوں میں آ جاتے ہیں۔یہ بری خواہشات، جن کو سنسر کیا جاتا ہے، دراصل کچھ عرصہ پہلے شعور میں موجود تھیں۔جب ماں اپنے اکلوتے بیٹے کو خواب میں مرا ہوا دیکھتی ہے تو یہ بھی اس کی خواہش کا اظہار ہے کیونکہ جب اُس کے تعلقات خاوند سے بگڑ گئے تھے اور وہ خاوند سے جدا ہو جانا چاہتی تھی تو یہی بچہ اُس کی خواہش میں حائل ہوتا تھا اور وہ چاہتی کہ بچہ مر جائے تاکہ وہ اس کی آئندہ زندگی میں رکاوٹ نہ ڈال سکے۔بعض اوقات موت کے خواب کسی دوسری خواہش کو بھی ظاہر کرتے ہیں۔اس لیے ان کے صحیح مطلب کا سراغ نکالنے کے لیے گہری تحقیقات کی ضرورت ہوتی ہے۔

جب ہم بچوں کا مشاہدہ کرتے ہیں تو ظاہر ہوتا ہے کہ وہ صرف اپنے ہی میں دلچسپی لیتے ہیں۔جوں جوں یہ ذاتی دلچسپی کم ہوتی ہے تو دوسروں میں ان کی دلچسپی بڑھنی شروع ہو جاتی ہے۔اس طرح وہ اپنے سے محبت کرواتے ہوئے دوسروں سے محبت کرنا بھی سیکھ جاتے ہیں اگر بچے سے پیار نہ کیا جائے تو وہ بھی دوسروں سے پیار کرنا نہیں سیکھتا اور اپنی اس محرومی کو برداشت نہ کر سکتے ہوئے غیر شعوری طور پر اس سے نفرت کرتا اور اپنے تصورات میں اس کا جانی دشمن بن جاتا ہے۔اس طرح ذاتی محرومی کے ساتھ موت کی خواہش وابستہ ہو جاتی ہے۔ اس وجہ سے احساسِ گناہ، جو عموماً خوف و ہراس کی شکل میں نمایاں ہوتا ہے،اس خواہش کے ساتھ پیدا ہونا شروع ہو جاتا ہے لیکن اگر حالات بہتر ہوں تو دوسروں کے ساتھ محبت بڑھتی ہے اور محرومی کو برداشت کرنے کا مادہ بھی پیدا ہونا شروع ہو جاتا ہے۔اس طرح یہ بڑھتی ہوئی محبت بچے پر محرومی کا کوئی مضر اثر نہیں ہونے دیتی۔بچہ محرومی کی وجہ سے سمجھنا شروع کر دیتا ہے اور حقیقت پسند بنتا جاتا ہے۔چنانچہ وہ دوسروں کے لیے اپنی محبت کو برقرار رکھ سکتا ہے اگر کسی وقت غصہ آئے بھی تو اس میں احساسِ گناہ پیدا نہیں ہونے پاتا، کیونکہ اُسے یقین ہوتا ہے کہ اس کے بزرگ باوجود اس پر غصہ ہونے کے، اُسے پیار کرتے ہیں۔دو سے چار سال کی درمیانی عمر میں بچے اپنے نووارد بھائی یا بہن کا استقبال اکثر ان الفاظ میں کرتے ہیں: ''یہ مجھے اچھا نہیں لگتا'' اگر بعد میں ہم خوابوں میں ایسی خواہش معلوم کریں تو حیرانی نہیں ہونی چاہیے

کیونکہ یہ پرانی دبی ہوئی خواہش ہی ہوتی ہے جو اَب خواب میں نمودار ہوتی ہے۔

بچپن میں بھائی بہن آپس میں لڑتے جھگڑتے اور اس لیے ایک دوسرے سے حسد کرتے ہیں کہ ہر ایک ماں یا باپ پر صرف اپنا قبضہ جمانا چاہتا ہے اور دوسرے کو برداشت نہیں کرسکتا۔ یہ رجحان خاص طور پر جنس مخالف کے ساتھ زیادہ ہوتا ہے۔ ہم جنس کے ساتھ وہ نفرت ظاہر کرتے ہیں۔ برناڈ شاہ کہتا ہے کہ اگر کنواری انگریز لڑکی اپنی ماں سے زیادہ کسی سے نفرت کرتی ہے تو اپنی بڑی بہن سے۔ ماں بیٹی میں اس قدر دشمنی کا کچھ تو سبب ہونا چاہیے۔ بھائی بہنوں میں محبت کا کم ہونا ناگوار ہے لیکن والدین اور اولاد میں اس کی کمی نسبتاً بہت ناگوار گزرتی ہے۔ یہ عام مشاہدے کی بات ہے کہ سوسائٹی کے معیار کے مطابق محبت کا جذبہ، جو والدین اور اولاد کے درمیان ہونا چاہیے، قائم نہیں رہتا، اور بعض اوقات دبی ہوئی نفرت کا دھواں ہر وقت شعلہ بننے کے لیے تیار رہتا ہے، بہ شرطیکہ اس کو فرزندانہ اطاعت یا پیرانہ شفقت کی حاجت کے ذریعے دبائے نہ رکھا جائے۔ اس قسم کے رجحان کی بدولت ہم دیکھتے ہیں کہ کس طرح بیٹی ماں سے اور بیٹا باپ سے نالاں نظر آتا ہے۔ جب ماں جوان بیٹی کو اُس کی والہانہ حرکات سے، جس کی سوسائٹی اجازت نہیں دیتی روکتی ہے تو وہ خیال ہی خیال میں اس کی دشمن بن جاتی ہے کیونکہ وہ محبت بھی کرتی ہے۔ اس لیے اس پیچیدہ کیفیت کا اظہار ملے جلے جذبات کے ذریعے ہوتا ہے۔ اسی طرح باپ کے متعلق بیٹا سوچتا ہے۔ بیٹے کے لیے باپ تو سوسائٹی کے جبر کا ایک مجسمہ ہوتا ہے جس کو وہ سخت مجبوری ہی کی حالت میں قبول کرتا ہے۔ یہ وہ شخص ہے جو اُس کی خواہشات کی بے لگام تسکین میں حائل ہوتا ہے اور اس کی نفرت کا شکار بنتا ہے چونکہ باپ بچے کی ضروریات بھی پوری کرتا ہے اور اسے پیار بھی کرتا ہے، اس لیے وہ اُسے چاہتا بھی ہے اور اس کے بغیر اپنے آپ کو غیر محفوظ بھی محسوس کرتا ہے۔ اس لیے متضاد قسم کے جذبات اُس کے اندر کشمکش سی پیدا کردیتے ہیں۔ باپ، بیٹی اور ماں بیٹے کے تعلقات، جو بظاہر بے غرض محبت کی بہترین مثال ہوتے ہیں، اگر ایک حد سے بڑھ جائیں تو کئی قسم کی مشکلات کا باعث بنتے ہیں۔ ماہرینِ نفسیات نے اپنی تحقیقات کی بنا پر معلوم کیا ہے کہ چھوٹا لڑکا اپنی ماں سے خاص قسم کی دلچسپی لیتا ہے۔ اسے اپنی ملکیت سمجھتا ہے اور یہ برداشت نہیں کرسکتا کہ دوسرے عموماً اور

باپ خصوصاً اس کے اور ماں کے تعلقات میں کسی طرح سے مزاحم ہو، جیسے وہ دل میں کہہ رہا ہو، ''ماں تو میری ہے، تم ہمارے درمیان کیوں حائل ہوتے ہو۔'' بچے کا یہ رویہ ذاتی تجربے کی بنا پر ہوتا ہے۔ پہلے وہ ماں کے جسم کا حصہ تھا اور پیدائش کے بعد ماں کے جسم سے خوراک حاصل کرتا تھا۔ ماں اس کی محافظ تھی چونکہ وہ اس تعلق کو اپنے طور پر جاری رکھتا ہے، حقیقت کو اچھی طرح سمجھتا نہیں، اس لیے ابھی اُس کے اندر باپ کے لیے محبت پیدا نہیں ہوتی۔ وہ ماں کو اپنی ملکیت اور باپ کو اپنا رقیب سمجھتا ہے۔ ایسے جذباتی خیالات اُس کے اندر نفرت اور احساسِ گناہ دونوں پیدا کرتے ہیں۔ اسی طرح لڑکی کا رجحان پہلے ماں کی طرف ہوتا ہے، پھر باپ کی طرف، جس کی وجہ سے وہ ماں کو اچھا نہیں سمجھتی۔ ایسے ہی شدید قسم کے دو متضاد جذبات قدیم یونانی ڈراما ایڈی پس ریکس (Oedipus Rex) میں دکھائے گئے ہیں۔ اس میں ایڈی پس اپنے باپ کو مار کر اُس کا تخت سنبھال لیتا ہے اور اس کی بیوی سے جو اصل میں اُس کی ماں ہوتی ہے، شادی کرلیتا ہے۔ بعد میں جب یہ راز فاش ہوتا ہے تو اپنی آنکھیں پھوڑ کر مارا مارا پھرتا ہے۔ اس کہانی کے ذریعے مصنف نے بچپن کی لاشعوری خواہش اور اُس کی سزا، جس کا خوف ہر بچے میں فطری طور پر ہوتا ہے، دونوں ہی ظاہر کردی ہیں۔ فرائیڈ نے اس قسم کے خیالات مریضوں کے لاشعور میں تجزیۂ نفس کے دوران میں معلوم کیے تھے، جس کی وجہ سے اُسے یقین ہوگیا کہ ہر ذہنی بیماری کی تہ میں یہی کشمکش ہوتی ہے۔ ''زبردست جنسی خواہش، 'ہم جنس' سے نفرت اور اُس کا خوف۔'' اگر یہ اُلجھن (Complex) بچپن ہی میں دور نہ ہوجائے تو ماں بیٹے یا باپ بیٹی کے تعلقات پر بہت بُرا اثر ڈالتی ہے اور بعض اوقات اختلافات شدید صورت اختیار کرلیتے ہیں اور ساری زندگی اسی کشمکش کا شکار ہوجاتی ہے۔ ایسے حالات میں ان خیالات کی اہمیت کو گھٹایا نہیں جاسکتا، کیونکہ ہر قسم کی ذہنی کشمکش اس نظریے کی تائید کرتی ہے۔ بعض اوقات والدین کا اپنا طرزِ عمل بھی بچے کے ان جذبات کو شدید کردیتا ہے۔ ماں بیٹے کو بہت زیادہ پیار کرتی ہے اور باپ بیٹی کو۔ یا میاں بیوی کی لڑائی کی وجہ سے بچے، اُن کی محبت یا نفرت کا مرکز بن جاتے ہیں۔ جب جسمانی طور پر بہت زیادہ پیار کیا جائے یا پٹائی ہو تو جنسی جذبات اُبھرتے ہیں جن کو ننھی عمر میں سنبھالنا ناممکن ہوتا ہے۔ اس لیے بچے خوف زدہ ہوجاتے ہیں اور

اپنے خیالات و تصورات کو دبانے کے سوا ان کے لیے اور کوئی چارہ نہیں ہوتا لیکن دباؤ سے یہ اور زیادہ بڑھتے اور بگڑتے ہیں اور موقع پانے پر اپنی بگڑی ہوئی شکل میں جب خوابوں میں آتے ہیں تو بجائے کسی قسم کی تسکین دینے کے احساسِ گناہ اور خوف کا باعث بنتے ہیں کیونکہ خواب میں ہر چیز اصلی نظر آتی ہے۔

یہ سمجھنا بہت بڑی غلطی ہے کہ جنسی خواہش صرف سنِ بلوغ ہی میں پیدا ہوتی ہے، بچپن میں نہیں ہوتی۔ اتنی بات ضرور ہے کہ یہ خواہش بچوں میں بالغوں کی سی نہیں ہوتی بلکہ ان لوگوں کی سی ہوتی ہے جو بڑی عمر میں بھی بچوں کی طرح اپنے جسم سے لذت اُٹھاتے ہیں لیکن ان میں بھی یہ بدعادات کوئی نئی پیدا نہیں ہوئی ہوتیں بلکہ لاشعوری دباؤ کی وجہ سے بچپن کی جنسی عادات ہی، اپنی اصلی شکل میں قائم رہتی ہیں جو صحیح تربیت ملنے سے عمر کے مطابق عام طور پر بدلتی رہتی ہیں اور سنِ بلوغ میں صحیح جنسی خواہش کی شکل میں نمودار ہو جاتی ہیں لیکن جن لوگوں میں جنسی نشو و نما رک جائے، ان میں اسی صورت میں برقرار رہتی ہیں جیسے بچپن میں تھیں اور بڑے ہونے پر کئی قسم کی جنسی بدعادات میں نمایاں ہوتی اور سوسائٹی کے لیے مصیبت کا باعث بن جاتی ہیں۔ ان تمام ممنوعہ خواہشات میں سب سے زیادہ شدید اور خوفناک خواہشیں وہ ہیں جو نزدیکی رشتہ داروں کے ساتھ پیدا ہوتی ہیں مثلاً ماں، باپ، بھائی، بہنوں کے ساتھ جنسی تعلقات رکھنا اور ہم جنس کی موت کی خواہش یا اس سے سخت متنفر ہونا۔ ایسی خواہش خطرناک اس لیے بھی بن جاتی ہے کہ سوسائٹی انھیں بہت بُرا سمجھتی ہے۔ قانون انھیں جرم قرار دیتا ہے اور مذہب گناہِ کبیرہ، جس کی سزا جہنم کی آگ میں ہمیشہ کے لیے جلنا ہے وغیرہ وغیرہ۔ اس لیے شدید خوف کے مارے ایسی خواہشات کو لاشعور میں دبا دیا جاتا ہے۔

ہمارے خواب ہر رات ہمیں بچپن کی ان ابتدائی منازل میں لے جاتے ہیں جہاں ہم ان خواہشات کو خیال ہی خیال میں پورا کرتے ہیں اگر ہم یہ سمجھ لیں کہ لاشعور نظر نہیں آتا، کیونکہ ہمارے بُرے خواب بھی ابتدائی زندگی ہی کی نامکمل نشو و نما کو دہراتے ہیں۔ اسی طرح اگر حقیقت میں بھی کوئی ایسی مذموم یا خراب حرکت کی جائے تو ہم سے مذموم حرکات سرزد نہیں ہوسکتیں۔ چنانچہ ہم مہذب کہلاتے ہیں لیکن بچوں میں ویسی حرکات نامناسب نہیں سمجھی جاتیں

اور انھیں بُرا یا خراب کہنے کا خیال تک نہیں آتا۔ اس طرح بالغوں یا بڑوں کی مذموم عادات یا ایسے خوابوں کو علاماتِ مرض ہی سمجھا جاتا ہے جنھیں دور کرنا نفسانی خوشی کے لیے بہت ضروری ہے۔ خواب ہمیں ذہنی تنزل کی وجہ سے پھر سے بچہ بنا دیتے ہیں اور ہم اس خیالی دنیا میں اپنی مدفون خواہشات کو پورا کرنے کی کوشش کرتے ہیں۔ ان کے خطرناک یا خراب ہونے کا سوال اس لیے بھی پیدا نہیں ہوتا کیونکہ سوتے وقت ہم عملی زندگی سے بالکل بے تعلق ہوتے ہیں لیکن خواہشات صرف حقیقت ہی میں پوری ہوسکتی ہیں۔ فرائیڈ کے نقطۂ نظر سے ہر خواب کسی نہ کسی محروم خواہش کو پورا کرتا ہے۔ بہت سے خواب ایسے بھی ہوتے ہیں جن میں یہ پہلو صاف طور سے نمایاں نہیں ہوتا۔ چنانچہ اکثر یہ اعتراض کیا جاتا ہے کہ ڈراؤنے خواب کسی خواہش کو کیسے پورا کرسکتے ہیں کیونکہ ڈرنے کی خواہش کوئی بھی نہیں رکھتا لیکن جب ہم ڈراؤنے خوابوں کو سمجھنے کے لیے ان کا ترجمہ کرتے ہیں تو یہ نظریہ غلط ثابت ہو جاتا ہے، کیونکہ اس میں بھی تسکین کا کوئی نہ کوئی پہلو نمایاں ہوتا ہے۔ ممنوعہ خواہشات لاشعور میں دبنے کی وجہ سے عجیب و غریب خوفناک شکلیں اختیار کرلیتی ہیں۔ جب ان شکلوں کے خواب آتے ہیں تو آدمی خوف زدہ ہو جاتا ہے۔ بعض اوقات خواب کامیابی سے بنتے ہی نہیں جس کی وجہ سے تکلیف دہ جذبات بغیر کوئی بھیس بدلے خواب میں آجاتے ہیں اور آدمی ڈر جاتا ہے۔ ہمارا نظریہ اپنی لاشعوری خواہشات کے متعلق بھی عجیب و غریب ہوتا ہے۔ ہم انھیں پورا کرنا بھی چاہتے ہیں اور نہیں بھی۔ ان کو بُرا سمجھتے ہیں، اس لیے وہ سینسر ہو جاتے ہیں۔ چنانچہ ان کا خوابوں میں بھی پورا ہونا خوشی اور تسکین کی بجائے خوف و ہراس کا باعث بن جاتا ہے۔ فرائیڈ اس رویے کی تشریح، پریوں کی ایک چھوٹی سی کہانی بیان کر کے کرتا ہے۔ ایک دفعہ ایک پری نے ایک غریب آدمی اور اس کی بیوی سے تین خواہشات پوری کرنے کا وعدہ کیا۔ وہ بہت خوش ہوئے اور سوچنے لگے کہ کس خواہش کا اظہار کریں۔ ہمسائے کی جھونپڑی میں کباب تلے جا رہے تھے۔ ان کی خوشبو آنے سے بیوی کی طبیعت کبابوں پر للچائی۔ فوراً دو کبابوں کی خواہش کر دی جو پوری ہوگئی۔ چٹورپن کی ایسی خواہش پوری کرانے پر خاوند کو بہت غصہ آیا۔ جل بھن کر اس نے خواہش کی کہ کباب میری بیوی کی ناک کے سامنے لٹکا رہے۔ بات منہ سے نکلنے کی دیر تھی کہ پوری ہوگئی۔ اب اس کی

بیوی نہ کباب کھا سکتی ہے نہ ناک کے سامنے سے ہٹا سکتی تھی۔ جان مصیبت میں آ گئی لیکن وہ آخر میاں بیوی تھے۔ ذرا سی دیر میں خاوند کو بیوی پر رحم آ گیا۔ چنانچہ اس نے تیسری خواہش یہ کی کہ کباب بیوی کی ناک کے سامنے سے ہٹ جائے۔

اسی طرح بچپن کی خواہشات کو پورا کرنا بھی ایک مصیبت بن جاتا ہے۔ کئی پریشان کن خواب اس لیے نظر آتے ہیں کہ خیالات زیادہ طاقتور ہونے کی وجہ سے سینسر سے بچ نکلتے ہیں۔ ان میں بچپن کی خواہشات بگڑی ہوئی شکل میں دکھائی دے کر خوف پیدا کرتی ہیں۔ اس لیے آنکھ اکثر فوراً کھل جاتی ہے۔ خواب کا مقصد نیند کو برقرار رکھنا ہے۔ اس لیے اس کو نیند کا محافظ بھی کہا جاتا ہے جیسے پہرے دار گھر والوں کو اُس وقت جگاتا ہے جب سمجھتا ہے کہ میں اتنا طاقت ور نہیں کہ اکیلا خطرے کا مقابلہ کر سکوں، اسی طرح خواب بھی خوف پیدا کر کے سونے والے کو جگا دیتا ہے اور آنکھ کھلتے ہی سینسر بہت طاقت ور ہو جاتا ہے۔ اس لیے تکلیف دہ خواہشات آسانی سے دب جاتی ہیں اور خوف پیدا نہیں کر سکتیں۔ چونکہ نیند میں سینسر بہت کمزور ہوتا ہے، اس لیے کئی لوگ خوابوں سے ڈر کر سو نہیں سکتے اور ''شب بیداری'' (Insomnia) کا شکار ہو جاتے ہیں۔ کئی ایسے مریض دورانِ علاج میں اعتراف کرتے ہیں کہ شروع شروع میں وہ خود ہی نہ سونا چاہتے تھے کیونکہ اپنے خوابوں سے ڈرتے تھے یا نیند میں دل کی حرکت بند ہونے کا خوف انھیں ستاتا تھا لیکن بعد میں وہ پوری کوشش کے باوجود سونے میں ناکام رہنے لگے۔ دوسرے الفاظ میں یہ لوگ لاشعور کی ہنگامی حالت اور سینسر کی کمزوری سے ڈرتے تھے اور لاشعوری طور پر چوکس رہتے، تاکہ ایسے خیالات پریشان نہ کرنے پائیں چنانچہ سو نہ سکتے تھے۔

باب پنجم

ڈاکٹر بروئر نے 1880-82ء میں اس تحقیق کو طے کر دیا تھا کہ ہر نفسیاتی علامتِ مرض کا تعلق مریض کی گزشتہ زندگی کے ساتھ بہت گہرا ہوتا ہے، چنانچہ پُر معنی سمجھا جانا چاہیے اگر اس تعلق کو دریافت کر کے مریض کو سمجھا دیا جائے تو وہ تندرست ہو سکتا ہے۔ ڈاکٹر فرائیڈ نے ڈاکٹر بروئر کے اس نظریے کو اپنے نئے طریق علاج کا سنگ بنیاد بنایا اور مریضوں کے لاشعور میں اُن کے امراض کے معنی ڈھونڈنے شروع کیے۔ اُس زمانے میں ہسٹیریا اور مرض وہم حاوی (Odsessional Neurosis) کی تحقیقات زوروں پر تھی، اس لیے فرائیڈ نے بھی ان امراض کی گہری تحقیق شروع کر دی اور لاشعور کے ایسے راز معلوم کیے کہ پہلے تو وہ خود بھی ششدر رہ گیا لیکن بار بار وہی چیزیں مشاہدے میں آنے کی وجہ سے، وہ اُن کا اتنا قائل ہوا کہ اُن کی بنا پر اس نے اپنے جدید طریقہ علاج کو تجزیہ نفس (Psycho analysis) کا نام دیا۔ یہ علاج جسے سقراط بھی دریافت نہ کر سکا تھا، آج دنیا بھر میں نہ صرف ہسٹیریا اور مرض وہم حاوی کا کامیاب ترین علاج ہونے کی شہرت رکھتا ہے بلکہ دوسرے نفسیاتی امراض کا بھی بہت حد تک کامیاب علاج ہونے کا فخر حاصل کر چکا ہے۔

اب ہم اس نئی سائنس کی معلومات، جن کے ذریعے لاشعور کے اصولوں اور علاماتِ مرض بننے کے عجیب و غریب طریقوں پر روشنی پڑتی ہے، چند ایک مثالیں دے کر واضح کرتے ہیں۔

مرض وہم حاوی میں ہسٹیریا کی طرح کوئی جسمانی علامات عموماً نہیں پائی جاتیں بلکہ

مریض کا دماغ کچھ ایسے متضاد قسم کے خیالات کا اکھاڑا بنا رہتا ہے جن سے اُسے کوئی دلچسپی نہیں ہوتی۔ علاوہ ازیں بعض اوقات ایسے خیالات وجذبات پیدا ہوتے ہیں جو صرف اجنبی ہی نہیں ہوتے بلکہ خوف وہراس کا باعث بھی بنتے ہیں۔ وہ ہر وقت اس بات سے ڈرتا رہتا ہے کہ کہیں کوئی نامناسب حرکت نہ کر بیٹھے۔ کئی بار وہ ایسی حرکات کرنے پر مجبور ہو جاتا ہے جن سے اُسے کوئی دلچسپی نہیں ہوتی اور نہ ان سے کسی قسم کی تسکین حاصل ہو سکتی ہے۔ یوں سمجھیے کہ ایک بے اختیار تقاضا ہوتا ہے جسے پورا کرنا اس کے لیے شدید ضروری بن جاتا ہے اگر کسی وجہ سے اس تقاضے کو مریض پورا نہ کر سکے تو سخت بے چینی، گھبراہٹ اور وحشت محسوس کرتا ہے اور اسے دبانا شدید تکلیف کا باعث بن جاتا ہے۔ اس لیے اس جذباتی ہیجان سے بچنے کے لیے مریض اپنے اس جنون کو قائم رکھتا ہے مثلاً ایک مریض سمجھتا تھا کہ اس کے لیے اپنی کسی حرکت کے بالکل برعکس کچھ کرنا اس لیے لازم ہو جاتا ہے کہ پہلی حرکت کا اثر زائل ہو جائے۔ وہ اگر کسی دوست سے بگڑ جاتا تو اُس کے سامنے رو کر معافی مانگنا اور اپنے آپ کو کوسنا، اس کے لیے ضروری ہو جاتا تھا اگر یوں نہ کر سکتا تو ایسی گھبراہٹ اور وحشت محسوس کرتا تھا جسے برداشت کرنا اُس کے بس میں نہ ہوتا۔ اسی مریض کو عورتوں سے باتیں کرتے وقت ہمیشہ یہ اندیشہ رہتا کہ کہیں کوئی ناشائستہ حرکت نہ کر بیٹھے۔ چنانچہ انھیں ملنے سے گریز کرتا۔ اپنے افسر سے باتیں کرتے وقت اسے بعض اوقات یہ خیال ستانا شروع کر دیتا تھا کہ کہیں اسے گندی گالیاں نہ دینے لگے یا مار نہ بیٹھے۔ اس لیے اُسے اپنے جذبات کو شدت سے دبانا پڑتا تھا۔ یہ حالت بھی اس کے لیے ناقابلِ برداشت ہوتی۔ ایک بار افسر کی موجودگی میں یہ ذہنی کشمکش اس قدر بڑھ گئی کہ وہ غش کھا کر گر پڑا۔ جب اس طرح غشی کے دورے پڑنے شروع ہوئے تو دفتر جانا بند کر دیا لیکن کچھ عرصہ ٹھیک رہنے کے بعد پھر وہی حالت ہو گئی۔ اب بعض اوقات بغیر کسی وجہ کے دورہ پڑ جاتا۔ یہ مریض نہایت مہذب اور ذہین شخص تھا اور لاشعوری طور پر اپنے جنونی خیالات کو بالکل فضول سمجھتا تھا مگر کسی طور ان پر قابو نہ پا سکتا تھا۔ اچھی طرح سے جانتا تھا کہ کوئی ایسی حرکت ہرگز نہیں کر سکتا، مگر پھر بھی اس قدر ڈرتا کہ غش کھا جاتا تھا۔ غشی کا مطلب لاشعوری طور پر ایک تو فرار، دوسرے اس طریقے سے اپنے دبے ہوئے جذبات کو خارج کرنا اور تیسرے

اس بیماری کے ذریعے دوسروں کو قابو میں لانا ہوتا تھا، تاکہ ہر بات اپنی مرضی کے مطابق منوا سکے وغیرہ وغیرہ۔

ایسی جنونی حالت میں ذہنی سرگرمی عموماً اس قدر زیادہ بڑھ جاتی ہے کہ انسان تھک کر چور ہو جاتا ہے لیکن پھر بھی سلسلہ خیالات بند ہونے کا نام نہیں لیتا اور اگر ایک خیال پیچھا چھوڑتا ہے تو دوسرا اُس کی جگہ لے لیتا ہے۔ اس طرح بے کار قسم کے خیالات جو بظاہر بہت اہمیت رکھتے نظر آتے ہیں، ایک دوسرے کا تعاقب کرتے رہتے ہیں اور زندگی کی دوسری مصروفیتوں اور دلچسپیوں کی جگہ لے لیتے ہیں۔ نتیجہ اس کا یہ ہوتا ہے کہ مریض بالکل ناکارہ بن کر رہ جاتا ہے اور اپنی مرضی کے خلاف ان جنونی باتوں میں دلچسپی لینا مریض کے بس کی بات نہیں رہتی۔ یہ کیفیت اسے زندگی اور موت کا سوال بن کر محسوس ہوتی ہے۔

اگر ہم ان جنونی خیالات کا مطالعہ بغور کریں تو بالکل بے معنی یا طفلانہ معلوم ہوتے ہیں۔ بعض اوقات خطرناک شکل بھی اختیار کر جاتے ہیں مثلاً کوئی سنگین جرم کرنے کی خواہش پیدا ہو جاتی ہے یا کسی نیک اور پُر اخلاق لڑکی کو تہذیب سے گری ہوئی ایسی حرکات کرنے کا خیال ستانا شروع کر دیتا ہے جن سے خاندان کے نیک نام پر داغ لگنے کا اندیشہ ہوتا ہے۔ ان خیالات کو مریضہ صرف اجنبی ہی نہیں سمجھتی بلکہ اس اندیشے سے سخت گھبراہٹ اور وحشت محسوس کرتی ہے کہ کہیں ایسی حرکت کر ہی نہ بیٹھے۔ خوف کے مارے اپنے آپ کو بچانے کے لیے پھر اپنے اوپر پابندیاں عائد کرنا شروع کر دیتی ہے تاکہ ان تہذیب اور اخلاق سے گرے ہوئے خیالات وحرکات سے اپنے آپ کو محفوظ رکھ سکے۔ نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ وہ اپنے نازک ترین احساسات و جذبات کو بھی بُرا سمجھتے ہوئے ڈرنا شروع کر دیتی ہے اور اپنی بعض معصوم خواہشات کو بھی عملی جامہ نہیں پہنا سکتی۔ اپنی پاک دامنی اور پاک بازی کے ذریعے مخالف خیالات کو دبانے میں مسلسل مصروف رہتی ہے۔ بعض اوقات ممنوعہ خواہشات بظاہر کسی معمولی سی بے ضرر حرکت یا خیال میں بدل جاتی لیکن ایک جنون بن کر ذہن پر چھائی رہتی ہیں۔ چنانچہ انھیں مجنونانہ حرکات یا خیالات کا نام دیا جاتا ہے اور ان پر بہت سختی سے عمل کرنا ضروری سمجھا جاتا ہے جیسے مذہبی رسوم کی بجا آوری میں کسی قسم کی تبدیلی نہیں کی جا سکتی۔ ان مریضوں

کے لیے نہانا، دھونا، کپڑے بدلنا، نماز، روزہ، گھر کی صفائی وغیرہ معمولی قسم کے روزمرہ کے کام نہیں رہتے بلکہ انھیں بے حد حزم واحتیاط کے ساتھ ادا کیا جاتا ہے تا کہ ان میں خفیف سی تبدیلی بھی نہ آنے پائے اگر ان کی صحیح ادائیگی میں شبہ پیدا ہو جائے تو انھیں سرے سے پھر دہرانا پڑتا ہے۔ اسی طرح معمولی سے کام بھی مریض کے لیے مصیبت بن جاتے ہیں مثلاً ایک مریض سمجھتا تھا کہ وضو کرتے وقت اگر اُس کے ایک ہاتھ کے چھینٹے دوسرے پر پڑ جائیں تو وہ پھر ناپاک ہو جاتا ہے اور دونوں ہاتھ دوبارہ دھونے کی صورت پیدا ہو جاتی ہے۔ اسی طرح وہ کئی کئی گھنٹے وضو کرتا رہتا اور اس تقاضے میں نماز کا وقت گزر جاتا تھا۔ وہ پاک اور ناپاک کے چکر میں اُلجھ چکا تھا۔ ایسے مریض شکوک وتوہمات کا شکار ہو جاتے ہیں۔ تقریباً ہر کام کرنے کے بعد انھیں شک ہوتا ہے کہ کام ٹھیک ہوا بھی ہے یا نہیں، چنانچہ بار بار اسے کرتے ہیں۔ بعض اوقات بظاہر صحت مند آدمی بھی کئی ہلکے پھلکے شکوک کا شکار ہو جاتے ہیں، جیسے کنڈی یا تالا لگا کر بھول جانا اور انھیں پھر ہلا ہلا کر دیکھنا یا فکر کرنا کہ دیا سلائی کہیں جلتی ہوئی تو نہیں پھینک دی اُس کو اُٹھا کر اچھی طرح سے بجھانا۔ روپیہ بار بار گننا کہ کہیں کم تو نہیں ہو گیا اگر بچہ پلنگ پر ساتھ سو جائے تو اسی فکر میں رات بسر کر دینا کہ بچہ کہیں نیچے نہ گر جائے یا اگر وہ سو جائے تو فکر مند رہنا کہ کہیں اپنے ہی نیچے نہ آ جائے وغیرہ۔ ایسے مریضوں کو اپنے وہم یا جنون کے لاحاصل ہونے کا پورا یقین ہوتا ہے لیکن بے حد کوشش کے باوجود بھی وہ اس سے چھٹکارا نہیں پا سکتے اگر ایک وہم ختم ہوتا ہے تو دوسرا اُس کی جگہ لے لیتا ہے۔ اس مرض کا خاصہ یہ ہے کہ توہمات بدلتے تو رہتے ہیں لیکن ختم نہیں ہوتے۔ اس کے علاوہ یہ لوگ بہت شکی مزاج بھی ہوتے ہیں۔ کسی پر اعتبار کرتے ہوئے ہر کام خود کرنا چاہتے ہیں لیکن کر نہیں سکتے۔ اس ذہنی کشمکش کا اثر اُن کی قوتِ ارادی پر بھی یوں پڑتا ہے کہ خود اعتمادی اُٹھ جانے کی وجہ سے وہ کسی بات کا فیصلہ خود نہیں کر سکتے۔ چنانچہ معمولی باتوں کے لیے بھی انھیں دوسروں کا مرہونِ منت ہونا پڑتا ہے۔ ایسے مریض باوجود ذہین ہونے کے اپنی ذہانت سے صحیح فائدہ نہیں اُٹھا سکتے، بلکہ اُلٹا سوچنے کی وجہ سے معمولی سی بات کو بھی بہت پیچیدہ بنا لیتے ہیں۔ بعض اوقات اس طور سے سوچتے اور یوں منطق لڑاتے ہیں کہ کسی فیصلے پر پہنچنا ممکن ہی نہیں رہتا۔ چنانچہ ایسی حالت میں جب کہ کسی قسم

کی کارروائی کرنا بہت ضروری ہوتا ہے کچھ نہ کر سکنا، ان کے لیے سخت قسم کی ذہنی تکلیف کا باعث بن جاتا ہے۔ یہ لوگ بہت مہذب ہوتے ہیں اور ان کا اخلاقی معیار بھی بعض اوقات اس قدر بلند ہوتا ہے کہ ہر وقت اپنے آپ کو گناہگار ہی سمجھتے رہتے ہیں، گناہگار بھی ایسا جسے زندہ رہنے کا بھی کوئی حق حاصل نہ ہو اگر زندہ ہیں تو اس کے لیے بھی انھیں کئی قسم کی قربانیاں دینی پڑتی ہیں۔ اس طرح تکلیفیں اُٹھانا ان کی زندگی کا ایک لازمی جزو بن جاتا ہے اور کسی وقت تکلیف نہ ہونے کا احساس ہی اُن کے لیے تکلیف کا موجب بن جاتا ہے۔

عام لوگوں کی طرح بعض معالج بھی یہ سمجھتے ہیں کہ مرض وہم حاوی کا کوئی علاج نہیں اور اپنی لاعلمی کو چھپانے کے لیے سقراط کا حوالہ دے کر مریض کو ٹالنے کی کوشش کرتے ہیں۔ بعض معالج مریض کی بے حد حساس طبیعت کو نہ سمجھتے ہوئے اُس کا مذاق اُڑانے پر اُتر آتے ہیں اور بے چارہ بے بس مریض اُن کی عقل اور اپنی بدقسمتی پر آنسو بہاتا اپنا سا منہ لے کر گھر لوٹ آتا ہے اگر کوئی طبیب سنجیدہ مزاج کا ہو تو تغیر معدہ کی تشخیص کرتے ہوئے ہاضمہ کی دوا دے کر مریض کو سمجھانے کی کوشش کرتا ہے کہ اُسے ایسی فضول باتیں نہیں سوچنی چاہئیں۔ ایمان کی کمزوری بھی اُس کا سبب بتایا جاتا ہے، جس کو مضبوط کرنے کے لیے گنڈے تعویذ بھی دیے جاتے ہیں۔

لیکن اب تجزیۂ نفس کے ذریعے مرض وہم حاوی کا کامیاب علاج کیا جا سکتا ہے اور مریض ہمیشہ کے لیے اس موذی مرض سے نجات بھی حاصل کر سکتا ہے اگر ہم جدید نفسیاتی تحقیقات کی روشنی میں وہم حاوی کو دیکھیں تو یہ بھی ایک علامت مرض ہی نظر آتی ہے۔ جس کے معنی لاشعور میں ڈھونڈے جا سکتے ہیں اگر ہم مرض کے معنی معلوم کرنے اور مریض کو سمجھانے میں کامیاب ہو جائیں تو یہ مرض دور ہو سکتا ہے۔

اب چند مریضوں کی علاماتِ مرض اور ان کا علاج بیان کیا جاتا ہے۔ جس سے یہ جدید طریقۂ علاج بخوبی واضح ہو جائے گا۔ ہماری پہلی مریضہ 24 سالہ کنواری مسلمان لڑکی تھی۔ جس کو نام نہاد اسلامی تاریخی ناول اور دوسری اسلامی کتابیں پڑھنے کا بے حد شوق تھا، انھیں پڑھ پڑھ کر وہ جنون کے اس جال میں پھنس گئی کہ ''سچا مسلمان'' اور ''مجاہد'' کیوں کر بنا

جائے۔ رات دن اپنے تصورات میں کھوئی رہتی، کبھی میدانِ جنگ میں کافروں سے لڑ رہی ہے، کبھی زخمیوں کی مرہم پٹی کر رہی ہے، کبھی پُر جوش تقریروں سے مردہ دل مسلمانوں میں روح پھونک رہی ہے۔ حقیقت میں بھی ایسی باتوں میں بہت دلچسپی لیتی اور بحث کے دوران میں تو اکثر اتنے جوش میں آتی کہ سب حیران رہ جاتے تھے۔ نماز کی پابندی بھی ایک جنون کی حد تک پہنچ چکی تھی اگر کبھی کسی مجبوری کے باعث نماز نہ پڑھ سکتی تو احساسِ گناہ کے مارے بہت بے چین ہو جاتی۔ پھر اس کی تکلیف میں ایک اور بات کا اضافہ ہوا۔ نماز کے دوران میں خدا اور رسول کی جگہ گندے گندے الفاظ ذہن میں آنے لگے۔ اب نماز پڑھنا ایسا مشکل ہو گیا کہ تنگ آ کر نماز ہی چھوڑ دی۔ اس کے علاوہ اور کئی قسم کے تہذیب و اخلاق سے گرے ہوئے خیالات دل میں پیدا ہوتے اور وہ ڈرتی رہتی کہ میں کہیں ایسا کر نہ بیٹھوں۔ یہ جنونی خیالات اُس کے مذہبی نظریے کے بالکل برعکس ہوتے تھے۔ چنانچہ بہت پریشان ہوتی اور احساسِ گناہ کے مارے گھنٹوں روتی رہتی اور اپنے مرجانے کی دعائیں مانگتی۔ اس خوف کے مارے کہ کہیں کوئی بُری حرکت نہ کر بیٹھے، اُس نے اپنے اوپر کئی قسم کی پابندیاں عائد کر رکھی تھیں اگر کوئی اس کی شادی کی بات کرتا تو بڑے جوش میں آ کر اُس سے لڑنے لگتی۔ اپنی عمر سے بہت چھوٹے رشتہ دار لڑکوں سے بھی پردہ کرتی، اکیلی بازار نہ جاتی اگر کسی وجہ سے مقررہ وقت پر گھر نہ پہنچ سکتی تو اپنی ماں سے سخت ڈرتی کہ وہ کہے گی کہ اتنی دیر لگا کر کہاں سے آئی ہے، وہ جتنا زیادہ سوچتی اُتنا ہی اُس کا خوف بڑھتا رہتا۔ وہ اپنے آپ کو بہت بری اور سخت گناہگار سمجھنے لگی تھی۔ جب گھر میں ہر قسم کا سکون ہوتا اور والدہ سے بھی لڑائی نہ ہوتی تو غیر معین قسم کے مسائل پر غور کرتی مثلاً مذہب، خدا، زندگی اور موت، موت کے بعد زندگی، سچائی، دوستی وغیرہ وغیرہ۔ کسی نتیجے پر تو نہ پہنچ سکتی، مگر تھک کر چور ہو جاتی۔ اس ذہنی ہیجان کی وجہ سے اس کا دن کا چین اور راتوں کی نیند حرام ہو گئی تھی اگر کبھی سو بھی جاتی تو ڈراؤنے خواب اُسے جگا دیتے، جیسے کوئی سینے پر چڑھ کر گلا گھونٹ رہا ہے۔ اب وہ سونے سے بھی ڈرنے لگی۔ دم گھٹنے کا احساس دن کو بھی ہونا شروع ہو گیا۔ شادی کے خیال کو بُرا سمجھتی۔ والدین کی موت کا خیال اکثر ستاتا رہتا۔ اس لیے پڑھ لکھ کر اپنے پاؤں پر کھڑا ہونا چاہتی تھی تاکہ بہن بھائیوں کی پرورش کر سکے مگر اس کا جنون اور توہمات

اُسے پڑھنے بھی نہ دیتے تھے۔ کئی دفعہ تنگ آ کر خودکشی کا خیال بھی کیا لیکن مذہب راستے میں حائل ہو جاتا تھا۔

فرائیڈ نے مرض وہم حاوی کی علامات کے لاشعوری معنی بتلانے کے لیے ایک 19 سالہ کنواری لڑکی کا ذکر کیا ہے جو ماں باپ کی اکلوتی بیٹی تھی اور ذہانت اور تعلیم کے اعتبار سے اپنے والدین سے بہت بہتر تھی۔ بچپن میں بہت شوخ اور چنچل تھی، لیکن جوانی میں قدم رکھتے ہی کچھ بے چین اور پریشان سی رہنے لگی تھی۔ کچھ چڑچڑی ہو جانے کی وجہ سے خاص طور پر اپنی والدہ سے بات بات پر بگڑتی۔ عموماً ناخوش، افسردہ اور دل شکستہ سی رہتی تھی۔ خود اعتمادی کم ہو جانے کی وجہ سے کسی بات کا فیصلہ کرنے میں بہت مشکل محسوس کرتی۔ بہت شکی مزاج بھی ہو گئی تھی۔ کسی پر اعتبار نہ کرتی تھی۔ خوف کے مارے کھلے بازاروں اور کسی چوک میں سے اکیلی نہ گزر سکتی، اس لیے کسی نہ کسی کو ہر وقت اپنے ساتھ رکھتی تھی۔ اس کے علاوہ اس کے کئی روزمرہ کے کام بھی جنون کی زد میں آ گئے جن میں بہت وقت ضائع کر ڈالتی، مثلاً اس کا بستر بچھانے کا جنون پُرمعنی تھا۔ جس میں مذہبی رسوم کی پابندی کی طرح کسی قسم کی تبدیلی نہ کر سکتی تھی۔ اُس کے والدین ان جنونی حرکات سے سخت پریشان تھے۔ بہت سمجھاتے بجھاتے، مگر ان کا کوئی اثر قبول نہ کرتی اور اپنی جنونی حرکات کو بہت ضروری اور صحیح ثابت کرنے کی کوشش میں مصروف رہتی تھی۔

یوں تو ہم سب سونے سے پہلے معمول کے مطابق کچھ نہ کچھ تیاری کرتے ہی ہیں لیکن اس مریضہ کی تیاری ایک خاص قسم کی ہوتی جو دیکھنے والوں کو حیران کر دیتی تھی۔ اُس کے نقطۂ نظر سے ان سب جنونی رسوم کا مقصد محض پُرسکون نیند لانا ہوتا تھا تاکہ رات کے وقت کسی قسم کا شور نیند میں خلل انداز نہ ہونے پائے۔ یہ جنون اس ترتیب سے شروع ہوتا تھا کہ پہلے وہ اپنے کمرے کے کلاک کو بند کر دیتی، پھر ٹائم پیس کمرے کے باہر رکھ دیتی۔ رسٹ واچ تک کمرے میں نہ رہنے دیتی تھی۔ آتش دان پر سے سب چیزیں گل دان وغیرہ اُٹھا کر لکھنے کی میز پر اکٹھے رکھ دیتی، تاکہ رات کو اُن کے گر کر ٹوٹنے کی آواز سے آنکھ نہ کھل جائے۔ وہ یہ بخوبی جانتی تھی کہ رسٹ واچ کی آواز اتنی اونچی نہیں ہوتی کہ اس سے آنکھ کھل جائے اور گل دان وغیرہ کے

گر کر ٹوٹنے کا تو کوئی امکان ہی نہیں۔ وہ خوب سمجھتی تھی کہ اس قسم کی احتیاط بالکل فضول ہے لیکن مجبور تھی اگر اس طرح نہ کرتی تو اسے ایسی سخت گھبراہٹ ہوتی جو نا قابلِ برداشت معلوم ہوتی تھی۔ صرف اتنا ہی نہیں بلکہ وہ یہ بھی چاہتی تھی کہ اُس کے والدین کے کمرے اور اُس کے سونے کے کمرے کا درمیانی دروازہ آدھا کھلا رہے۔ اس مقصد کو پورا کرنے کے لیے وہ چند چیزیں دروازے میں رکھ دیتی تا کہ دروازہ بند نہ ہو سکے، حالانکہ اُس کی یہ حرکت اُس کے مقصد کے بالکل برعکس تھی کیونکہ والدین کے کمرے میں دیر تک باتوں کی آواز آتی رہتی تھی۔ اس کے علاوہ کمرے کی کھڑکی جو بازار کی طرف کھلتی اُسے بھی کھول دیتی۔ بازار پُر رونق ہونے کی وجہ سے وہاں رات گئے تک شور رہتا تھا۔ گویا شور و غل سے بچنے کی بجائے وہ شور و غل اندر آنے کی صورتیں پیدا کر لیتی تھی۔ اس کا بستر بچھانے کا جنون زیادہ حیران کُن اس لیے تھا کہ وہ بہت احتیاط سے کام لیتی کہ گدا پلنگ کے تکیے کے ساتھ نہ لگنے پائے۔ تکیے ترچھے رکھتی کہ ان کے درمیان اپنے سر رکھ سکے۔ لحاف اوڑھنے سے پہلے اُس کے پروں کو ایک کونے میں اکٹھا کرتی اور پھر سارے لحاف میں ایک جیسا بچھا دیتی۔ یہ سب کچھ بہت احتیاط اور بے چینی کے ساتھ کیا جاتا کہ کہیں کوئی غلطی نہ ہو جائے اگر شبہ پیدا ہو جاتا تو نئے سرے سے پھر سارے عمل کو دہرایا جاتا۔ اس طرح دو ایک گھنٹے سونے کی تیاری ہی میں لگ جاتے۔ ڈرے ہوئے والدین ان حرکات کو دیکھ دیکھ کر پریشان ہوتے اور خوف کے مارے خود بھی نہ سو سکتے تھے۔

ان دونوں مریضوں کا تجزیہ نفس کئی مہینے جاری رہا۔ اس دوران میں ان دونوں نے آہستہ آہستہ یہ سمجھنا شروع کر دیا کہ ان کے توہمات اور جنونی حرکات لاشعوری طور پر کچھ اور ہی مطلب رکھتے ہیں۔ اب اس مطلب کو سمجھنا ضروری تھا کہ یہ علامات ان غیر ارادی طریقوں سے کون سی خواہشات کو پورا کر رہی ہیں۔ ہماری پہلی مریضہ کا اپنے تصورات میں مجاہد بننا، مردوں کی طرح میدان جنگ میں لڑنا، والد کی طرح کما کر بچوں کی پرورش کرنا اور شادی سے نفرت وغیرہ اور ڈاکٹر فرائیڈ کی مریضہ کا گھڑیوں کی ٹک ٹک سے ڈر کر انھیں کمرے سے باہر کر دینا مطلب سے خالی نہ ہو سکتا تھا۔ تلازمِ افکار کے ذریعے آخر یہ راز کھلا کہ یہ دونوں لڑکیاں غیر شعوری طور پر اپنی جنسی خواہشات سے سخت ڈرتی تھیں اور اپنی جنونی حرکات کے ذریعے ان کو

دبانے میں مصروف رہتی تھیں۔ انہوں نے یہ محسوس کیا تھا کہ ایسے جذبات اکثر نیند سے جگا دیتے اور کسی حد تک تکلیف دہ بھی ثابت ہوتے تھے۔ پہلی مریضہ تو شب بے داری (Insomnia) کا شکار بھی بن چکی تھی لیکن دوسری سونے سے پہلے اپنی جنونی حرکات سے اتنا تھک جاتی کہ کچھ دیر سو رہتی تھی۔

بظاہر ان علاماتِ مرض کا جنسی خواہشات کے ساتھ کسی قسم کا تعلق نظر نہیں آتا، اس لیے وہ یہ سمجھتی تھیں کہ اُن کے اندر کوئی بری خواہش نہیں ہے جیسے کبوتر بلی کو دیکھ کر آنکھیں بند کر لیتا ہے اور سمجھتا ہے کہ بلی اسے دیکھ نہیں رہی، اس طرح یہ لڑکیاں بھی اپنی فطرتی خواہشات کو محسوس نہ کرنا چاہتی تھیں۔ نتیجہ اس کا یہ ہوا تھا کہ ان خواہشات کی بجائے علاماتِ مرض پیدا ہو گئی تھیں اور جنسی جبلت ان کو برقرار رکھ رہی تھی۔ یہ تو ظاہر ہی ہے کہ کسی قسم کا جنون یا وہم تو جبلی تسکین دے نہیں سکتا۔ اس لیے ان حرکات کو بار بار دہرایا جاتا کہ شاید تسکین مل جائے، مگر بجائے کسی قسم کی آسودگی حاصل ہونے کے وہ سخت تھک جاتی تھیں۔ اس طرح کسی خیال یا حرکت کی تہ میں جب کوئی جبلت ہوتی ہے تو اُس کو بار بار دہرایا جاتا ہے، کیونکہ ہر جبلی حرکت میں اپنے آپ کو دہرانے کی خصوصیت موجود ہوتی ہے۔ دوسرے فرضی خیال اصلی خیال معلوم ہوتے ہیں۔ اس لیے گھڑیوں کو کمرے سے نکال دینا اور مردوں کی طرح سوچنا وغیرہ وغیرہ، ان دونوں مریضوں کو صحیح معلوم ہوتا تھا کہ اُن کی منطق کا رُخ بھی اسی نظریے کو تقویت پہنچاتا تھا۔ لاشعور میں معاشرتی ترقی کی منزل کے نقوش موجود ہوتے ہیں۔ اس لیے ذومعنی الفاظ کے دوسرے معنی ان نقوش کے تازہ ہو جانے کی وجہ سے بہت قدیم ہوتے ہیں، جب کہ انسانی ذہن اور زبان بہت پست تھی اور الفاظ کی کمی کی وجہ سے ایک ہی لفظ کئی معنوں میں استعمال ہوتا تھا اور اُس کا مخصوص مطلب موقع محل کے مطابق سمجھا جاتا تھا۔ خوابوں کی طرح علاماتِ مرض کے معنے معلوم کرنے سے بھی مراد اسی قدیم معنے کو سمجھنے ہی سے ہوتی ہے۔ اس لیے گل دان اور ایسی ہی دوسری چیزیں جو اندر سے کھوکھلی ہوتی ہیں، زنانہ عضوِ مخصوص کو ظاہر کرتی ہیں۔ مریضہ کی یہ احتیاط کہ وہ رات کے وقت گر کر ٹوٹ نہ جائیں معنے سے خالی نہیں ہو سکتی۔ اس کے علاوہ فرائیڈ بتاتا ہے کہ اس مریضہ کو تجزیہ نفس کے دوران میں بچپن کی بہت سی باتیں جو وہ بھول چکی

تھی یاد آ گئیں۔ ایک دفعہ وہ چینی کا برتن اُٹھائے جا رہی تھی کہ وہ گر کر ٹوٹ گیا اور انگلی کٹ جانے کی وجہ سے بہت سا خون نکلا۔ اب جوان ہونے پر جب اُسے شادی کی پہلی رات کے متعلق معلومات ملیں تو یہ خوف پیدا ہونا شروع ہو گیا کہ خون نہ نکلنے کی وجہ سے وہ کنواری ثابت نہ ہو سکے گی۔ اب وہ گلدان وغیرہ کے متعلق احتیاط برت کر گویا اپنے آپ کو شادی کے خوف سے بچا رہی تھی چونکہ جنسی خواہش اس طرح خوف میں تبدیل ہو گئی تھی اس لیے متبادل خیال ایک جنونی شکل اختیار کر گیا تھا۔

اسی مریضہ نے اپنے تلازمِ افکار کے ذریعے اس علامت مرض کے معنی بھی روشن کر دیے کہ گدا پلنگ کے تکیے سے لگتا تو وہ کیوں گھبراتی تھی۔ لاشعوری طور پر گدا اُسے عورت کی طرح معلوم ہوتا اور پلنگ کا تکیہ جو بالکل سیدھا تھا مرد کی طرح۔ اب وہ اپنی اس خواہش کو کہ والد اور والدہ اکٹھے نہ ہوں، اس علامتی طریقہ سے پورا کر رہی تھی۔ علامت مرض کے پیدا ہونے سے کئی سال پہلے جب وہ راتوں کو ڈرتی تو چاہتی تھی کہ والدین کی خواب گاہ کا دروازہ کھلا رکھا جائے۔ اس طرح وہ والدین کی بات چیت سنتی رہتی اور راتوں کا سونا اس کے لیے مشکل ہو جاتا۔ جب اس قسم کی مداخلت سے بھی تسکین نہ ہوئی تو اُس نے دونوں کے درمیان سونا شروع کر دیا تھا۔ جب اور بڑی ہوئی تو والدہ کی جگہ خود باپ کے ساتھ سوتی تھی۔ اس طرح اُس کے ان تصورات کا آغاز ہوا جن کے اثرات اُس کی علامت مرض میں نمایاں تھے۔ اب وہ والدین کی بجائے گدے اور پلنگ کے تکیے کو جدا رکھ کر ڈرامائی انداز میں اسی واقعہ کو دہرا رہی تھی۔ گویا اب بھی ان کے درمیان سو رہی ہے اور اس کے اس عمل سے والد اور والدہ آپس میں نہ مل سکیں گے۔ اب یہ خیال کیجیے کہ اگر گدا عورت کی علامت ہے تو پروں کا ایک کونے میں اکٹھے کرنا عورت کو حاملہ کرنے کے برابر ہوا اگر والدین اکٹھے سوئیں گے تو کہیں اور بچہ پیدا نہ ہو جائے۔ یہ خوف تو اُسے کئی برس سے تنگ کر رہا تھا۔ والد کے ساتھ والدہ کی جگہ خود لینے کی خواہش کو وہ یوں پورا کرتی تھی کہ تکیے کو گدے پر ترچھا رکھ کر اُس کے عین درمیان میں اپنا سر رکھ لیتی۔ اس طرح ان علامتی حرکات کے ذریعے وہ اپنی دبی ہوئی جنسی خواہشات کو پورا کرتی رہتی چونکہ اُس کے ساتھ احساسِ گناہ بھی پیدا ہو رہا تھا، اس لیے یہ علامات تکلیف دہ

ہونے کے علاوہ اصلی جبلی خواہش کے عوض پیدا ہو رہی تھیں۔ یہی وجہ ہے کہ شعور میں اس قسم کا کوئی خیال نہ آنے پاتا...... بلکہ شادی کو وہ اچھا نہ سمجھتی تھی۔ یہ سب لاشعوری خیالات تھے، جن کو وہ خود بھی پسند نہ کرتی تھی۔ اس لیے اُن کو دبا دیتی تھی لیکن یہ خیالات قوی اور مستعد ہونے کی وجہ سے ایک سمجھوتے کی شکل میں علاماتِ مرض بن کر نمودار ہو رہے تھے۔ اسی طرح اس بگڑی ہوئی صورت میں جبلی خواہشات بھی کچھ پوری ہو رہی تھیں اور یہ طریقہ تکلیف دہ ہونے کی وجہ سے، اسے سزا بھی مل رہی تھی۔

ہماری پہلی مریضہ کا نمازوں میں جنون کی حد تک دلچسپی لینا بھی معنی سے خالی نہ ہو سکتا تھا۔ تجزیہ نفس کے دوران میں واضح ہوا کہ اس طریقہ سے وہ کسی ایسے جذبے کو دبانے کی کوشش کر رہی تھی جو سخت قسم کا احساسِ گناہ پیدا کر رہا تھا۔ چنانچہ یہ دبا ہوا جذبہ اس وقت بالکل ظاہر ہو جاتا جب نماز کے دوران میں گندے خیالات اسے پریشان کرتے اور بے اختیار ایسی ایسی حرکات کرنے کو جی چاہتا جن کے خیال ہی سے وہ کانپ اُٹھتی تھی۔ اس کے علاوہ یہ بھی ایک علامت مرض ہی تھی کہ وہ جنونی طور سے ایسے مسائل پر غور و خوض کرتی رہتی تھی جن کا کوئی بالکل صحیح جواب نہ مل سکتا تھا۔ اس کا مقصد محض یہ تھا کہ کسی فیصلہ پر پہنچنے سے روکا جائے تا کہ یہ تکلیف دہ کیفیت جاری رہے۔ مریضہ کے یہ تصورات بھی علامات ہی تھیں کہ اگر والدین کو کچھ ہو گیا تو وہ خود کما کر اپنے بھائی بہنوں کی خدمت کرے گی۔ یہ علامات دو قسم کے متضاد جذبات کو ظاہر کرتی ہیں۔ ایک طرف تو والدین کے لیے غیر شعوری طور پر موت کی خواہش رکھنا اور احساسِ گناہ کی وجہ سے دوسری طرف ''نہ'' کا لفظ لگا کر اپنی خواہش کو دبا لینا اور ردِ عمل کے طور پر خوف کے جذبے کے ساتھ یوں سوچتے رہنا کہ ''کہیں وہ مر نہ جائیں۔'' یہ مریضہ کے لیے ایک جنون بن گیا تھا۔ مریضہ کی والدہ جو خود بھی جنون کی مریضہ تھی اکثر بیمار رہتی اور لڑکی سے بہت بد سلوکی کرتی تھی۔ اس وجہ سے ماں بیٹی کے تعلقات خوش گوار نہ تھے لیکن پھر بھی بیٹی ماں کے ساتھ بہت زیادہ وابستہ تھی۔ اُس کی عدم موجودگی کو بہت محسوس کرتی اور یہ سمجھتے ہوئے کہ ''ماں کے پاؤں کے نیچے جنت ہے'' رات دن اُس کی خدمت کرتی تھی لیکن خواب بہت خوفناک دیکھتی کہ ماں مر گئی ہے، یا باپ کو دشمنوں نے قتل کر دیا ہے۔ ان خوابوں اور تصورات

کے باعث وہ سخت پریشان رہتی اور ہمیشہ اپنے آپ سے وعدہ کرتی کہ اب میں ضرور دل لگا کر پڑھوں گی اور کمانے کے قابل بن جاؤں گی مگر توہمات میں گھری ہوئی یہ مریضہ کبھی اپنے سے کیے ہوئے وعدے پورے نہ کر سکتی۔ اس سے اُسے اور زیادہ دُکھ ہوتا۔ درحقیقت وہ اپنے نفرت کے لاشعوری جذبے کو والدین کی خدمت کرنے کے خیال سے دبانے کی کوشش کرتی رہتی۔ بظاہر وہ بہت ہی دردمند طبیعت رکھتی تھی کبھی کوئی بیمار پڑتا تو بہت بے چین ہو جاتی اور بہت اچھی طرح اس کی دیکھ بھال کرتی تھی لیکن بہن بھائیوں پر جب غصہ آتا تو انھیں بڑی بے رحمی کے ساتھ پیٹتی۔ بعد میں اپنے آپ کو بہت کوستی اور عہد کرتی کہ آئندہ کبھی انھیں نہ ماروں گی مگر حسب معمول اپنے اس عہد پر بھی قائم نہ رہ سکتی تھی۔

اس لڑکی کا چھوٹا بھائی جو ایم۔ بی۔ بی۔ ایس کا طالب علم تھا، 21 برس کی عمر میں اسی مرض میں گرفتار ہو گیا۔ وہ بہت ذہین تھا۔ ہمیشہ وظیفہ لیتا تھا۔ جب فورتھ ائیر میں تھا تو اُسے چند اوہام حاوی ستانے لگے۔ اپنی بہن کی طرح ناولوں کی مذکورہ قسم پڑھ کر ''مرد مجاہد'' اور ''سچا مسلمان'' بننے کا خیال اس کی تعلیم میں بھی مخل ہونے لگا، اپنی کیفیت اس طرح بیان کرتا ہے:

ڈاکٹر صاحب میرے دماغ میں سخت قسم کی افراتفری (Confusion) رہتی ہے۔ جس کی وجہ سے میں کوئی کام نہیں کر سکتا۔ مجھے اپنے آپ پر بالکل اعتماد نہیں رہا۔ یہ صورتحال کس طرح پیدا ہوئی اور بڑھی اُس کی مختصری تاریخ یہ ہے:

مجھے شروع سے ہی ''سچا مسلمان'' بننے کا شوق تھا۔ اپنے بزرگوں کی کہانیاں پڑھ کر مجھے جوش آتا تھا۔ یہی زبردست خواہش تھی، جو میری اس بیماری کا موجب بن گئی۔

فرسٹ ائیر ایم۔ بی۔ بی۔ ایس کا امتحان دینے کے بعد میں ہوسٹل سے گھر گیا اور وہاں اللہ تعالیٰ سے عہد کیا کہ تیری اطاعت کی خاطر میں اپنی جان تک دے ڈالوں گا۔ میرا نصب العین (Ideal) اتنا اونچا تھا کہ اسے پورا کرنا میرے لیے آسان نہ تھا، لہٰذا مجھے ناکامی ہوئی اور میں نے فوراً ہی اپنے آپ سے نئے سرے سے عہد کیا مگر اسے بھی پورا نہ کر سکا۔ اس طرح میں ہر روز عہد پر عہد کرتا رہتا۔ جب عہد کر لیتا تو اطمینان کا سانس لیتا اور کچھ کام کرتا مگر وہ نصب العین (Ideal) اتنا اونچا تھا کہ اُس کو حاصل کرنا میرے لیے ممکن نہ تھا۔ ادھر میں صبر

سے بالکل کام نہ لیتا تھا (نہ ہی اب لے سکتا ہوں)۔ اس صورت میں اڑھائی سال گزر گئے۔ اس دوران میں مطالعہ تھوڑا بہت کرتا رہا، جس سے امتحان میں کامیابی ہوتی رہی مگر اب مجھے اپنے اوپر ذرا بھی اعتماد نہیں رہا۔ میں بالکل کام نہیں کر سکتا۔ اپنے آپ سے عہد البتہ ہر روز کرتا رہتا ہوں۔ میں خود جانتا ہوں کہ بار بار عہد کرنے اور اُسے پورا نہ کر سکنے سے مجھے اپنے پر اعتماد جاتا رہا ہے اور صبر سے کام کروں تو اعتماد دوبارہ حاصل کر سکتا ہوں مگر میرے دماغ میں خیالات کا اتنا ہیجان برپا ہو جاتا ہے کہ مجھے کچھ نہیں سوجھتا۔ میں فوراً ہی اپنی کہی ہوئی باتوں کو ختم کر دیتا ہوں۔ اس طرح نئی افراتفری (Confusion) میں اپنے آپ کو دھکیل دیتا ہوں۔ ابھی چند روز کی بات ہے کہ میں نے ارادہ کیا کہ آئندہ ہر کام اچھی طرح سوچ سمجھ کر کیا کروں گا۔ کچھ عرصہ میں زبردستی اپنے اوپر جبر کر کے (Under tension) کام کرتا رہا مگر تیسرے دن صبح کو کلاس میں ایسے خیالات آنے لگے کہ تم یہ کام نہیں کر سکتے وغیرہ وغیرہ۔ یہاں تک کہ میں کلاس میں بے ہوش (Faint) ہو گیا۔ یہ پچھلے جمعہ کا واقعہ ہے۔ اس کے بعد سے اب تک میں اپنے آپ سے تین دفعہ پھر وعدہ کر چکا ہوں مگر ہر دفعہ میرے وعدے کا حال وہی ہوا جو پہلے ہوتا رہا ہے۔ اتنی سخت افراتفری (Confusion) کے باوجود میرا رویہ دوسروں سے بہت اچھا رہا ہے۔ میری دلی کیفیت کے متعلق کوئی کچھ نہیں جانتا۔ صرف ایک صاحب سے میں نے امداد پانے کی اُمید میں اس کا ذکر کیا تھا۔

حیرانی کی بات ہے کہ اس اڑھائی سال کے عرصہ میں، میں نے نماز تقریباً باقاعدگی سے پڑھی ہے، کیونکہ کہ نماز کے وقت آنے سے پہلے میں کوئی نیا ارادہ کر لیتا تھا اور اس طرح دماغ میں کچھ ٹھہراؤ (Stability) آ جاتا تھا۔ اس سے آپ اندازہ کر سکتے ہیں کہ میں کتنی دفعہ ارادے باندھ چکا ہوں گا۔ یہی وجہ ہے کہ اب مکمل طور سے اپنے اوپر اعتماد کھو چکا ہوں۔ مختلف موقعوں پر جو وعدے اپنے آپ سے کرتا اور بار بار دہراتا رہا ہوں اور جن کو کمرے میں بھی لکھ کر لٹکا رکھا ہے وہ یہ ہیں:

''ہمیشہ عقل کے کہنے پر عمل کرو۔''

(Alwasy Act Rationally)

''یقیناً اللہ تعالیٰ صبر کرنے والوں کے ساتھ ہے۔''

''میں ہمیشہ اللہ کی رضا کو اپنے سامنے رکھوں گا۔''

''ہر روز ایک نیکی کرنی ہے۔'' وغیرہ وغیرہ۔

ڈاکٹر صاحب یہ میرے لیے زندگی اور موت کا مسئلہ ہے۔ لہٰذا غور کر کے اسے حل فرمایئے۔

اس مختصر ہسٹری کے علاوہ مریض نے اور بھی بہت سی باتیں اپنے دوران علاج میں بتائیں جن کا تعلق براہِ راست اُس کی بیماری سے تھا۔ اس کا معیار بہت اونچا ہونے کا باعث اُس کا باپ تھا، جو پرائمری سکول کا ماسٹر ہونے کی وجہ سے خود احساسِ کمتری کا شکار بن چکا تھا۔ اسی کو دور کرنے کے لیے وہ اپنے بیٹے کو بہت چھوٹی عمر میں ہی بہت بڑا آدمی بننے کو کہتا رہتا تھا۔ گورنمنٹ کالج اور میڈیکل کالج دکھا کر بڑے جوش میں کہا کرتا کہ تمہیں تعلیم پانے کے لیے یہاں آنا ہے۔ بیٹے کے بچپن ہی میں باپ کی خواہش تھی کہ بیٹا وظیفہ لے، چنانچہ اسے ایک ایسے استاد کے سپرد کر دیا، جو اسے مارتا بہت تھا۔ باپ خود بھی معمولی باتوں پر بیٹے کو سخت سزا دیتا تھا۔ دس (10) برس کی عمر میں کسی معمولی سی شرارت کی بنا پر لڑکے کو ننگا کر کے بٹھا دیا اور ڈھائی مہینے تک اس سے بات چیت بالکل بند رکھی لیکن جب اسے وظیفہ مل گیا تو پھر بولنا شروع کر دیا۔ اس واقعے سے مریض اس قدر خوف زدہ ہوا کہ لڑکپن میں کھیل کود اور شرارتیں چھوڑ کر خالص ''مذہبی'' بن گیا۔ باپ اخلاق کی تربیت، یہ کہہ کر دیا کرتا۔ ''ہمیشہ نظریں جھکا کر چلو۔'' ''لڑکیوں کو ہرگز نہیں دیکھنا۔'' اگر اتفاق سے کسی لڑکی پر نظر پڑ جاتی تو لڑکے کو شدید احساس ہوتا۔ مذہبی تقریریں وہ بڑے جوش سے کرتا تھا۔ ایک دن کالج ہال میں کسی تقریب میں گانے گائے جا رہے تھے۔ اس پر اسے اتنا غصہ آیا کہ بھاگ کر سٹیج پر چڑھ گیا اور گانے والے سے مائیکروفون چھین کر قرآن شریف پڑھنا شروع کر دیا۔ اس پر سب کے سب ششدر رہ گئے لیکن اسے بعد میں یہ واقعہ جب بھی یاد آتا تو شرمندہ ہونے کے علاوہ پاگل ہو جانے کا خوف بھی محسوس کرتا تھا لیکن لوگوں کی اصلاح کرنے کا خیال اس میں جنون کی حد تک پہنچ چکا تھا۔ چنانچہ مذہبی اشتہار لکھتا اور لوگوں میں بانٹتا رہتا تھا۔ اس کی والدہ بھی اسے کسی کام سے انکار کرنے پر

بہت بے رحمی سے مارا کرتی لیکن مریض بھی ضد میں آ کر کام نہ کرتا تھا۔ کالج کے زمانہ میں زیادہ وقت ہوسٹل میں رہتا یا گھر سے باہر ہی گزارتا۔ وہ اکثر اپنے تصورات میں کھویا رہتا اور عموماً دیکھتا کہ میدانِ جنگ میں لڑ رہا ہے، تلوار چلا رہا ہے اور دشمنوں کو قتل کر رہا ہے۔ اپنے والد کو اکثر دشمنوں میں گھرا ہوا دیکھتا اور اُس کے قتل ہو جانے پر بڑی بہادری کے ساتھ دشمنوں کا مقابلہ کرتا وغیرہ اگر والد کبھی گاؤں جاتے تو بہت خوف زدہ ہو جاتا۔ ہر وقت اس بات کا منتظر رہتا کہ کوئی آ کر بتائے گا کہ والد کو قتل کر دیا گیا ہے یا گاڑیوں کی ٹکر ہو گئی ہے۔ چنانچہ سہا ہوا بیٹھا دعائیں مانگتا رہتا۔ خواب بھی اسی قسم کے آتے۔ اکثر سانپوں کو اپنے پیچھے بھاگتے ہوئے دیکھتا۔ ایک دفعہ یہ بھی دیکھا کہ والدہ کے ساتھ شادی ہو گئی ہے۔ 18 برس کی عمر میں جنس کے بدل جانے کا اندیشہ بھی بہت پریشان کرتا رہا اور بعض اوقات عورتوں کی طرح چلنا بھی شروع کر دیتا تھا لیکن اس کے احساس سے سخت قسم کی دہشت محسوس کرتا تھا۔

اس کیس ہسٹری میں متضاد قسم کے جذبات کی کشمکش واضح طور سے نظر آ رہی ہے، جو واہم اور جنونی کیفیت میں سب سے بڑی علامت سمجھی جاتی ہے۔ پہلے ایک خیال پیدا ہوتا پھر اُس کے ردِعمل میں دوسرا اُس کے بالکل برعکس پیدا ہو جاتا ہے۔ غیر شعوری طور پر شاید اس لیے کہ یہ خیال پہلے خیال کے اثر کو زائل کر دے گا۔ پہلا خیال لاشعور میں رہتا ہے اور اُس کا ردِ عمل شعور میں لیکن اس کے بڑھ جانے کے باعث ذہن میں ایک ہیجان برپا ہو جاتا ہے اور مریض اپنی کوشش سے چھٹکارہ حاصل نہیں کر سکتا۔ اس عوضی خیال یا ردِعمل کی طاقت سے دبے ہوئے خیال کی طاقت کا اندازہ لگایا جا سکتا ہے۔ دراصل یہی خیال جو لاشعور میں مستعد رہتا ہے، تکلیف کا باعث بنتا ہے لیکن جب شعور میں اُلٹا ہو کر آتا ہے تو آدمی اُسی کو اصلی سمجھ بیٹھتا ہے۔ جیسے یہ لڑکا اپنے بلند اخلاقی معیار کو صحیح سمجھتے ہوئے اُسی پر عمل کرنے کی کوشش ہی میں بیمار ہو گیا تھا۔ شعوری طور پر وہ پڑھنا چاہتا تھا لیکن اس خواہش کا والد کی خواہش کے ساتھ تعلق ہو جانے سے وہ پڑھ نہ سکتا تھا۔ والد کے لیے غیر شعوری نفرت اور اُس کو تنگ اور غم زدہ کرنے کی خواہش ہمیشہ پڑھائی میں مزاحم ہو جاتی لیکن بہ ظاہر وہ بہت فرماں بردار تھا۔ والد کو خوش کرنے کی بے حد کوشش کرتا اور اس کی خاطر جان تک قربان کرنے کے لیے تیار ہو جاتا تھا۔ والد کے

بہت بلند معیار کے نظریات کے مطابق زندگی بسر کرنا اور پڑھنا بھی چاہتا تھا لیکن زندگی ایک جنون کے بھنور میں پھنس چکی تھی۔ چنانچہ پڑھائی بند ہوگئی تھی۔ والد کی تمناؤں کو پورا نہ ہوتے دیکھ کر اُس کو بہت دُکھ ہوتا، مگر کچھ نہ کرسکتا تھا جیسے ذہنی طور پر مفلوج ہو چکا ہو۔

اس مریض کی ذہنی کیفیت اور محبت و نفرت کے متضاد جذبات کی کشمکش سے صاف ظاہر ہے کہ اصلی معنوں میں نہ محبت کرسکتا تھا اور نہ نفرت۔ اپنی نمائشی محبت کے نقاب سے نفرت کو یوں چھپانے کی کوشش کر رہا تھا کہ دیکھنے والوں کو وہ ایک محبت بھرا انسان نظر آتا۔ جو اپنی زندگی خدمتِ خلق کے لیے وقف کر چکا تھا لیکن اندر ہی اندر وہ نفرت کے اس سلگتے ہوئے جذبے کو مختلف طریقوں سے شعلہ بننے سے روک رہا تھا۔ وہ ہمیشہ اپنے آپ سے وعدے کرتا لیکن انھیں کبھی پورا نہ کرسکتا۔ یہ سب کیوں ہو رہا ہے؟ یہ وہ خود بھی نہ سمجھ سکتا تھا۔

تجزیۂ نفس کے دوران میں واضح ہوگیا کہ اُس کی یہ کشمکش بچپن کے کسی واقع کو دہرا رہی تھی۔ جب بھی اُسے پیٹا جاتا وہ ہمیشہ اپنے والد سے نیک بننے اور پڑھنے کا وعدہ کرتا لیکن پھر کسی نہ کسی وجہ سے اپنا یہ وعدہ پورا نہ کرسکتا۔ چنانچہ اب اُس کی ذہنی کیفیت اس بیرونی حالت کی جگہ لے چکی تھی۔ جیسے ذہن کا ایک حصہ دوسرے سے نیک بننے کا وعدہ تو کرتا لیکن پورا نہ کرسکنے پر اپنے آپ کو احساسِ گناہ کے ذریعے سزا دیتا تھا۔ اس کے علاوہ یہ علامت والد کے خلاف باغیانہ رویے کو بھی ظاہر کر رہی تھی۔ وہ غیر شعوری طور پر وعدہ کرتا ہی اس لیے تھا کہ اُسے توڑ کر اپنی نفرت کا اظہار کرے۔ چنانچہ ''توڑنا'' اس کے لیے زیادہ اہمیت رکھتا تھا۔ اس طرح وہ اپنے والد کے خلاف ایک تو نفرت کا اظہار کرتا اور دوسرے وعدہ توڑنے پر جو احساسِ گناہ پیدا ہوتا اُس کی وجہ سے ''وعدہ توڑنے'' کا احساس اس کے لیے سخت تکلیف کا موجب بن جاتا تھا۔ اس طرح ان دو متضاد قسم کے جذبات کا امتزاج علامت مرض کی صورت اختیار کر چکا تھا اور وہ غیر شعوری طور پر اسی کو جاری رکھنا چاہتا تھا۔ علاج کے دوران میں جب اس دبی ہوئی نفرت کو اس کے شعور میں لایا گیا، تو پہلے وہ سخت حیران ہوا لیکن پھر نفرت کے اس جذبے کو ماننے سے صاف انکار کر دیا۔ جوں جوں اس کا احساسِ گناہ کم ہوا اور جنونی طلسم ٹوٹا تو اُسے کئی ایسی باتیں بھی یاد آئیں جن سے شدید نفرت کا اظہار ہوتا تھا لیکن وہ انھیں بالکل بھول چکا تھا۔

اب مریض پر واضح ہوگیا کہ جب بھی اُس کی دبی ہوئی نفرت لاشعور میں بھڑکتی تو بجائے اسے محسوس کرنے کے وہ بالکل متضاد خیالات محسوس کرتا مثلاً ''سچا مسلمان بننا''، ''نیکی کرنا'' وغیرہ وغیرہ۔ یہ خیالات نفرت کے عوض جنون کی شکل میں پیدا ہو جاتے تھے۔ چنانچہ وہ اپنی کمزوری کو بجائے اپنے اندر دیکھنے کے دوسروں میں دیکھتا اور اُن کی اصلاح کرنا اپنا فرض سمجھ لیتا۔ اس طریقے سے وہ اپنی اصلاح کرنا چاہتا تھا۔ اپنی برائی کو دوسرے پر چسپاں کر کے خود کو بہت نیک اور اچھا سمجھنا اکثر دیکھنے میں آتا ہے مگر آپ جانتے ہیں کہ یوں سمجھ بیٹھنے سے مسئلہ حل نہیں ہوتا۔

ان مثالوں سے ظاہر ہوتا ہے کہ خوابوں اور لغزشِ قلم و زبان کی طرح نفسیاتی علامات کے بھی معنے ہوتے ہیں جن کا مریض کی ابتدائی زندگی کے واقعات کے ساتھ بہت گہرا تعلق ہوتا ہے۔ اب اس تعلق کو معلوم کرنا تجزیہ کار کا کام ہے۔ اس قسم کے جنون کی تہ میں ایک ہی خیال نہیں ہوتا بلکہ کئی خیالات و تصورات ہوتے ہیں، جن کی جڑیں ابتدائی زندگی میں پیوست ہوتی ہیں، جیسا کہ ان مریضوں کے علامات کی تہ میں بچپن کی محبت و نفرت کے جذبات دیکھے گئے جن کو احساسِ گناہ کے خوف سے بُرا سمجھتے ہوئے دبا دیا گیا تھا، لیکن ان خیالات کی سرگرمی نے جو مخالفت اندر پیدا کر دی تھی اُس کے بجھنے کے طور پر کسی قسم کی تسکین دینے کی بجائے سخت تکلیف کا باعث بن رہا تھا۔ اس کے علاوہ یہ بھی واضح ہوگیا کہ ان مریضوں کی جنسی خواہشات بھی عمر کے مطابق ہونے کی بجائے بچوں جیسی تھیں۔ طفلانہ جنسی خواہشات کے ساتھ جو خدشات بچپن میں پیدا ہوتے وہ اب بھی پیدا ہو رہے تھے۔ یوں یہ زندگی بخش جبلت ایک آفت بن کر نظر آنے لگتی تھی۔ اب خوف کے مارے خواہش تو دب جاتی لیکن خطرات مختلف صورتوں میں آکر ستانا شروع کر دیتے۔ یہ دونوں لڑکیاں اپنے والد کو اپنی بالغ عمر میں بھی اس طرح چاہتیں جیسے بچپن میں چاہا کرتی تھیں۔ اس لیے اُن سے بھی توقع رکھتی تھیں کہ وہ بھی ان سے ویسا ہی طبعی قسم کا پیار کریں۔ اُن کو اپنے ساتھ سلائیں وغیرہ وغیرہ لیکن حالات بدل جانے کی وجہ سے، ان خواہشات کو اس طرح پورا کرنے کا سوال اب پیدا ہی نہ ہوتا تھا۔ وہ بجائے حالات کو سمجھنے کے اس غلط فہمی میں مبتلا ہوگئی تھیں کہ والدین اب بالکل بدل گئے ہیں۔ ہم سے

پہلی سی محبت نہیں کرتے بلکہ چھٹکارہ حاصل کرنا چاہتے ہیں۔ اس غلط احساسِ محرومی کا اُلٹا اثر یہ ہوا کہ یہ تمنا اور بھی زیادہ مضبوط ہوگئی اور اپنی بگڑی ہوئی شکل میں علاماتِ مرض کی صورت میں نمودار ہونے لگی۔

ان مریضوں کے تجزیے میں جو بات صاف طور پر نظر آئی وہ یہ تھی کہ ان کی نفسیاتی نشوونما کسی خاص منزل پر پہنچ کر رُک گئی تھی۔ اس لیے وہ اپنے جذبات کو بالغوں کی طرح محسوس کرنے کی بجائے اس منزل کے معیار کے مطابق محسوس کرتیں جس میں وہ پھنس کر رہ گئی تھیں اگر وہ اپنی علامات کے ذریعے کسی معصومانہ خواہش کو ظاہر بھی کر لیتیں تو اُسے تسکین نہ ملتی تھی، کیونکہ تسکین اپنی عمر کے مطابق خواہش کو حقیقت میں پورا کرنے سے ہی مل سکتی ہے۔ اس لیے جنونی حرکات کو دہرانا بجائے تسکین دینے کے تکلیف کا موجب بن جاتا۔ وہ باوجود کوشش کے چھٹکارا نہ پا سکتی تھیں۔ وہ اپنے جنون میں پھنس کر زمانۂ حال و مستقبل سے کچھ بے گناہ ہونے کی وجہ سے ماضی کی گہرائیوں میں ڈوب چکی تھیں۔

شادی سے گریز کرنے کی ایک وجہ احساسِ گناہ اور خوف کے علاوہ یہ بھی تھی کہ اس طرح اپنی بیماری کے ذریعے وہ والدین کے پاس رہنا چاہتی تھیں اور جذباتی پختگی نہ ہونے کی وجہ سے والدین کو چھوڑنے کا خیال ان کے اندر غیر محفوظ ہونے کا احساس پیدا کرتا تھا۔

بچوں کی طرح ان لڑکیوں کو بھی ہم جنسوں کے ساتھ بہت زیادہ دلچسپی تھی۔ مردوں سے نفرت کرتیں بلکہ، اُن کا مقابلہ کرتی تھیں۔ چنانچہ پہلی مریضہ تو تصورات میں میدانِ جنگ میں لڑتی، باپ کی جگہ بچوں کی دیکھ بھال کرتی، ان کو کھانا کھلاتی اور ہر قسم کے اخراجات خود محنت مزدوری کر کے پورا کرتی وغیرہ، اپنا مقابلہ اپنے بھائیوں کے ساتھ کرتی، اُن سے ہر لحاظ سے بہتر بننے کی کوشش عمل میں لاتی۔ اپنے چھوٹے بھائی سے جو ڈاکٹری پڑھ رہا تھا، بہت حسد رکھتی۔ اس قسم کے خیالات کا اثر اُس کی جنسی زندگی پر بہت بُرا پڑ رہا تھا۔ اپنے جنسی جذبات دب جانے کی وجہ سے اسے زندگی ویران سی نظر آتی تھی۔

تجزیہ نفس کے دوران میں ان مریضوں میں تین قسم کی کشمکش واضح طور سے متحقق ہوگئی۔ ایک تو عام قسم کی کشمکش جو پہلے دوسرے کو تکلیف دینے (Sadism) اور پھر خود تکلیف اُٹھانے

(Masochism) کی لاشعوری رغبت رکھنے کی وجہ سے پیدا ہوتی ہے۔ دوسرے خاص قسم کی کشمکش جو کسی کے لیے محبت و نفرت کے ملے جلے جذبات رکھنے کی وجہ سے پیدا ہوتی تھی اور تیسرے لاشعور میں ہم جنس سے طفلانہ دلچسپی کا پوری طرح سے دب نہ سکنا، جس کی وجہ سے بعد میں جب بھی جنسی خواہش پیدا ہوتی تو بجائے مخالف جنس کے ہم جنس میں دلچسپی شروع ہو جاتی تھی، جو غیر فطری ہونے کی وجہ سے کشمکش پیدا کر دیتی تھی۔

ڈاکٹر بروئر کی مریضہ بھی اپنے والد کی بیماری کے زمانے کے ساتھ بہت زیادہ وابستہ تھی۔ اس لیے والد کی وفات کے صدمے کو بھولنے کے لیے اس نے اُس زمانے کی ہر بات کو بھلا ڈالا تھا جس کی وجہ سے وہ بیمار ہوگئی تھی۔ اس طرح ایک اور مریضہ بھی بچپن میں اپنے والد کی بہت لاڈلی تھی۔ والد کی بیماری میں اس کی تیمارداری کرتے وقت اگر اُس سے کوئی کوتاہی ہو جاتی تو اس کے والد چڑچڑے ہو جانے کی وجہ سے اسے بہت ڈانٹتے تھے جو لڑکی کو بہت ناگوار گزرتا۔ کچھ عرصہ بعد لڑکی میں بھی بالکل وہی علامات پیدا ہوگئیں جو باپ میں تھیں لیکن ڈاکٹروں کی تشخیص کے مطابق اُسے ایسا کوئی مرض نہ تھا گو صحت اپنے باپ کی طرح بہت خراب تھی۔

اسی طرح ایک پچیس سالہ نوجوان افسر، جس کی دادی دل کی حرکت بند ہو جانے کی وجہ سے اچانک فوت ہوگئی تھی، اس صدمے کا شکار ہوگیا۔ وہ دادی کو بہت چاہتا تھا مگر اس سے کچھ ناراض بھی تھا، کیونکہ وہ اس جگہ شادی کرنا نہ چاہتا تھا جہاں اس کی دادی چاہتی تھی۔ چند دنوں بعد اُسے بھی دادی کی طرح دل کے دورے پڑنے شروع ہوگئے۔ ڈاکٹروں کے خیال کے مطابق اسے دادی کا مرض یعنی دل کا مرض نہ تھا۔

ان دونوں مریضوں کے تجزیے کے دوران میں جو بات صاف طور سے واضح ہوئی وہ یہ تھی کہ ان کے تعلقات اپنے عزیزوں کے ساتھ متضاد قسم کے تھے۔ وہ ان کو چاہتے بھی بہت تھے اور بچوں کی طرح چھوٹی چھوٹی باتوں سے بگڑ کر ان سے نفرت کرنا بھی شروع کر دیتے تھے۔ ان میں جذباتی پختگی نہ ہونے کی وجہ سے ان کے تعلقات محبت اور نفرت کے ملے جلے جذبات پر مبنی تھے اگر کسی ایسے شخص کو برا کہا جائے جس سے محبت بھی ہو تو غیر شعوری طور پر

احساسِ گناہ کی وجہ سے غیر محفوظ ہونے کا احساس پیدا ہونا شروع ہو جاتا ہے، جس کی وجہ سے اس شخص سے وابستگی اور بڑھ جاتی ہے، مثلاً وہ بچے اپنی ماں کو نہیں چھوڑتے جنھیں پیٹا جائے۔ نفرت کی بنا پر احساسِ گناہ جب بڑھ جاتا ہے تو اپنے آپ کو سزا دینا لازمی ہو جاتا ہے۔ اس لیے ان مریضوں کا علاماتِ مرض پیدا کرنے کا مقصد اپنے آپ کو ان گناہوں کی سزا دینا تھا جو نفرت کی وجہ سے اُن کے سمجھنے کے مطابق کیے گئے تھے اور لاشعور کے اصول ''جیسا کرو گے ویسا بھرو گے۔'' کے مطابق ان کو بیماری بھی وہی ہوئی جو ان کے عزیزوں کو تھی مگر صرف خیال ہی خیال میں۔ اس کے علاوہ ان کی بیماری کا مقصد دوسروں کو اپنی طرف متوجہ کرنا تھا تاکہ ان میں سے غیر محفوظ ہونے کا احساس دور ہو سکے۔ دوسروں کی محبت حاصل کرنے کا یہ طریقہ کتنا مہنگا ہے، یہ وہ نہیں جانتے تھے۔

اس طرح ہم ہر ایک نفسیاتی مریض کے دورانِ علاج میں دیکھتے ہیں کہ ان کی علامت مرض کے خاص معنے ہوتے ہیں جن کو وہ نہیں سمجھ رہے ہوتے اور اپنی تکلیف کو جسمانی ہی قرار دیتے ہوئے عمر بھر ڈاکٹروں یا حکیموں کا علاج کرواتے رہتے ہیں، جو کہ بالکل بے سود ثابت ہوتا ہے۔

بعض اوقات ایسی ذہنی علامات پیدا ہو جاتی ہیں جن کا تعلق بچپن کے کسی ایسے خاص حادثے کے ساتھ ہوتا ہے جس نے اُس وقت بہت گہرا اثر پیدا کیا تھا، لیکن بعد میں کچھ بھی یاد نہ رہا۔ گویا ایسی بات کبھی ہوئی ہی نہ تھی۔ دورانِ علاج میں تلازمِ افکار کے ذریعے مریض خود بخود اُس مقام پر پہنچ جاتا ہے جب یہ ناقابلِ برداشت صدمہ پہنچا تھا۔ اب وہ از سرِ نو اُس تکلیف کو ویسے ہی محسوس کرتا ہے جیسے پہلے کیا تھا لیکن اب وہ جان جاتا ہے کہ یہ ایک پرانا واقعہ تھا اور اب اُس کا موجودہ زندگی کے ساتھ کوئی تعلق نہیں۔ اس طرح اس کا اثر زائل ہو جاتا ہے اگر یہ واقعہ یاد نہ آئے تو یہی جذبہ علاماتِ مرض کے ذریعے ظاہر ہوتا رہتا ہے۔ یہ روزمرہ کا مشاہدہ ہے کہ اگر کسی شخص کو کوئی معمولی حادثہ پیش آئے یا وہ کسی بڑے حادثے سے بچ نکلے تو اُس کا خیال بار بار اس کے ذہن میں آتا ہے اور دوسروں کو سنانا چاہتا ہے کہ میں کیسے بچ نکلا وغیرہ وغیرہ۔ وہ ایسی بے اختیاری کے ساتھ بار بار اس کا ذکر کرتا ہے گویا وہ اس حادثہ سے

چمٹ گیا ہو۔ اس لیے ان خیالات سے چھٹکارہ پانا، اس کے لیے ناممکن ہو جاتا ہے۔ بعد میں یہی حادثہ خوابوں میں بھی اس طرح آنا شروع ہو جاتا جیسے وہ اس حادثے میں سے پھر سے گزر رہا اور بچنے کی کوشش کر رہا ہے۔ ان سب باتوں سے یہ ظاہر ہوتا ہے کہ صدمے پر پورے طور سے قابو نہیں پایا گیا۔

اسی طرح سب نفسیاتی مریض بھی بچپن کے حادثات کا ہی شکار ہوتے ہیں۔ اسی وجہ سے وہ اپنے ابتدائی زمانے کے واقعات کو بھی جذباتی طور پر کسی نہ کسی شکل میں دہراتے رہتے ہیں، کیونکہ اُس وقت خوف یا کسی اور وجہ سے حسبِ منشا اپنے جذبات کا اظہار نہ کر سکے تھے۔ ان کی حالت بالکل ایک غم خوردہ انسان کی ہوتی ہے، جو ماضی کے جال میں پھنس کر رہ گیا ہو اور زمانۂ حال و مستقبل کو بھی انہی نگاہوں سے دیکھ کر اپنے صدمے کو تر و تازہ رکھتا ہو۔

ان مریضوں کی تحقیقات نے یہ بات واضح کر دی ہے کہ انھیں اپنی علاماتِ مرض کے معنوں کا شعوری طور پر بالکل پتہ نہیں ہوتا مثلاً دوسری مریضہ اپنی اس علامت ''کہ گدا پلنگ کے تکیے سے نہ لگنے پائے'' کے معنے نہ جانتی تھی، چنانچہ اُسے زندگی کا ایک اصول سمجھتی تھی جسے پورا کرنا اس کے لیے ضروری ہو گیا تھا۔ اسے کچھ معلوم نہ تھا کہ یہ اصول کیوں اور کیسے پیدا ہوا، اُس کا مطلب کیا ہے اور اسے پورا کرنے کی قوت کہاں سے آتی ہے وغیرہ وغیرہ۔ مریض اُس سے انجان بنے یا اُس کے خلاف لڑے یا اس سے نفرت کرے یا اسے دور کرنے کا تہیہ کرے۔ ان تمام کوششوں کا اثر کچھ نہیں ہوتا اور ایسا معلوم ہوتا ہے جیسے کوئی غائبانہ طاقت سب کچھ کروا رہی ہے لیکن آپ اب جانتے ہیں کہ مریضہ لاشعوری طور پر سب کچھ جانتی تھی لیکن سمجھتی تھی کہ کچھ نہیں جانتی۔ اس لیے اپنی علاماتِ مرض کو دور نہ کر سکتی تھی کیونکہ اصلی خیال تو دب چکا تھا اور متبادل خیال اُس کی جگہ لے چکا تھا۔

اس تحقیقات نے یہ ثابت کر دیا ہے کہ ہمارے ذہن کا لاشعوری حصہ کتنی اہمیت رکھتا ہے۔ اس لیے طبعی علاج، جو صرف جسم ہی تک محدود رہتا ہے، نفسیاتی علامات کو کسی طرح دور نہیں کر سکتا اور نہ طبعی معالج اس کی اہمیت ہی سمجھ سکتا ہے۔

یہ دونوں باتیں جو اِن مریضوں کی تحقیقات میں ظاہر ہوئیں، ہر نفسیاتی مریض میں

پائی جاتی ہیں۔ ایک یہ کہ علاماتِ مرض معنے رکھتی ہیں اور مریض انھیں جانتے ہوئے بھی نہیں جانتا اور دوسرے یہ کہ علاماتِ مرض صرف لاشعوری ہی میں پیدا ہوتی ہیں لیکن خاص حالات کے ماتحت شعور میں لائی جا سکتی ہیں۔ مرض کو سمجھنے اور اُس کے علاج کرنے کے لیے ضروری ہے کہ ہم لاشعور کو اچھی طرح سمجھیں اور ان اصولوں کو معلوم کریں، جن کے ماتحت علاماتِ مرض چنی جاتی ہیں۔ اس طرح اس تحقیق سے لاشعور کی اہمیت کا اندازہ بھی لگایا جا سکتا ہے۔ جو لوگ لاشعور کی حقیقت کو تسلیم نہیں کرتے اور جو اپنی کمزوریوں کی وجہ سے لاشعور کے اصولوں کو نہیں سمجھ سکتے یا جنھوں نے کبھی اپنا تجزیہ نہیں کروایا اور لغزشِ زبان و قلم اور خوابوں کی گہرائیوں تک پہنچنے کی کوشش کبھی نہیں کی اور نہ ہی کبھی علاماتِ مرض کو اہمیت دیتے ہوئے ان کا مطلب سمجھنے کی کوشش کی، ان کو اصولی طور پر کوئی حق حاصل نہیں کہ تجزیۂ نفس کے اس جدید طریقۂ علاج پر جو اس وقت ایک مکمل سائنس کی حیثیت رکھتا ہے، کسی قسم کی نکتہ چینی کریں یا اس کے متعلق ادعا کریں کہ وہ سب کچھ سمجھتے ہیں۔ محبت کے متعلق ناول پڑھ کر اس جذبے کو سمجھنا اور محبت کرنا دو مختلف حقائق ہیں۔ جس نے محبت کی ہے وہی اس کی گہرائی تک پہنچ سکتا ہے۔ اسی طرح جس کو نفسیاتی تجزیے کا تجربہ ہے، وہی اُس کی اہمیت کو سمجھ سکتا ہے۔ لاشعور کی تحقیق طبعی دنیا میں ایک بہت بڑی دریافت سمجھی جاتی ہے، جس کے ذریعے اب ہم ذہنی علاماتِ مرض کے معنی معلوم کر کے نہ صرف انھیں دور کر سکتے ہیں، بلکہ پیدا ہونے سے روک بھی سکتے ہیں۔

ڈاکٹر بروئر اور فرائیڈ اپنی تحقیقات کی بنا پر بالآخر متفقہ طور پر اس نتیجہ پر پہنچے تھے کہ وہ ہر علامت مرض کو دیکھتے ہی کہہ سکتے ہیں کہ اس کی تہ میں یقیناً کوئی کشمکش موجود ہو گی اور علامات مرض اس کشمکش کو چھپا رہی ہیں اس لیے پُر معنی ہیں یا یوں سمجھئے کہ لاشعور میں علاماتِ مرض کے معنے پہلے سے موجود ہوتے ہیں لیکن اُس کا اظہار واضح طور پر ہونے کی بجائے کسی دوسری طرف مختلف علامات کی صورت میں ہوتا ہے۔ اس لیے علاماتِ مرض شعوری طور پر پیدا نہیں ہو سکتیں اگر لاشعوری کشمکش کو کسی طرح شعور میں لایا جا سکے، تو علامات مرض ضرور دُور ہو جانی چاہئیں۔ بروئر نے بھی اپنے ہسٹیریا کے مریض کو اسی نظریے کے ماتحت تندرست کیا تھا۔ اس لیے اُس کی تحقیق محض خیالی یا قیاس ہی پر نہیں، بلکہ اُن کامیاب مشاہدوں پر مبنی تھی جو صرف

مریضوں کے پورے تعاون سے ہی ممکن ہو سکتی تھی۔ فرائیڈ اس لاشعوری سرگرمی کو جس کے ذریعے علامات پیدا ہوتی ہیں، ان الفاظ میں بیان کرتا ہے۔ علامات مرض جن کو محسوس کر رہا ہوتا ہے اور جن سے چھٹکارا پانا چاہتا ہے، اُن سرگرم کار خیالات کا ''بدل'' ہوتی ہیں جو لاشعور میں ہی دبے رہتے ہیں۔ آپ یہ جانتے ہیں کہ خیالات پہلے لاشعور میں پیدا ہوتے ہیں اور اگر سینسر کی مخالفت نہ ہو تو صحیح نشو و نما پا کر شعور میں آ جاتے ہیں لیکن اگر مخالفت شروع ہو جائے تو دب جاتے ہیں اور علاماتِ مرض ان رد کیے ہوئے خیالات کے عوض پیدا ہو جاتی ہیں اگر ہم اس لاشعوری ترکیب کو اُلٹا کرنے میں کامیاب ہو جائیں تو مریض اپنی اصلی خواہش سے جس سے وہ خوف زدہ ہو رہا تھا، آسانی سے دو چار ہو سکتا ہے۔ ایسی صورت میں کسی عوض علامت کی ضرورت نہیں رہتی اور مریض تندرست ہو جاتا ہے۔ اس سے ظاہر ہوتا ہے کہ نفسیاتی بیماریاں اس لیے پیدا ہوتی ہیں کہ ہم اپنے لاشعور کی کارروائیوں سے بے خبر رہتے ہیں۔ تجزیۂ نفس کے دوران میں ہم ان سے جتنے زیادہ واقف ہوتے ہیں، اُتنے ہی تندرست ہوتے جاتے ہیں۔ بقول سقراط ''ہر برائی کی جڑ لاعلمی ہوتی ہے۔'' اسی طرح لاشعور کی لاعلمی ہماری ذہنی تکلیفوں کا باعث بن جاتی ہے اگر اسے دور کر دیا جائے تو مریض تندرست ہو جاتا ہے اور تندرست آدمی جس میں کوئی علامات نہیں ہوتیں اور بھی زیادہ خوش و خرم اور حقیقت پسند ہو جاتا ہے۔ اس طرح لاشعور کا شعور میں بدلنا ہی اتنی بڑی تبدیلی پیدا کر دیتا ہے۔

لیکن لاشعور کو شعور میں بدلنا اتنا آسان کام نہیں جتنا کہ بظاہر معلوم ہوتا ہے کیونکہ تجزیۂ نفس کے دوران ایسے ایسے کٹھن مقامات بھی آتے ہیں جہاں مریض کشمکش کو برداشت نہ کرتے ہوئے تندرست ہونے کی بجائے بیمار بنے رہنے کو ترجیح دیتا ہے۔ بظاہر وہ تندرست ہونے کے لیے سخت بے تاب ہوتا ہے لیکن لاشعوری طور پر بیمار ہی رہنا چاہتا ہے۔ مریض کے اس رویے سے ظاہر ہوتا ہے کہ کوئی اور زبردست قوت بھی ذہن میں موجود ہے۔ جو رکاوٹ پیدا کر دیتی ہے، یہ طاقت ضرور وہی ہو گی جس نے علاماتِ مرض پیدا کی تھیں۔ اس لیے ظاہر ہے کہ وہ اُن کو برقرار رکھنے کی کوشش بھی کرے گی۔ کچھ اس طرح معلوم ہوتا ہے جیسے ذہن کا ایک حصہ دوسرے حصے کے خلاف ہو گیا ہو۔ ایک حصہ ٹھیک ہونا لیکن دوسرا اُسے بیمار ہی رکھنا چاہتا ہے۔

ظاہر ہے کہ دوسرا حصہ پہلے سے زیادہ طاقتور ہوتا ہے، اسی لیے اپنے مقصد میں کامیاب ہو جاتا ہے اور مریض بیمار رہتا ہے۔ اسی قسم کی قوت اور اس کی مخالفت علاماتِ مرض پیدا کرنے کے لیے ضروری ہے۔ اس کے علاوہ ہر علامت مریض کی دبی ہوئی خواہش کو بھی ایک بگڑی ہوئی شکل میں پورا کر رہی ہوتی ہے۔ اس لیے علاماتِ مرض ان دونوں طاقتوں کے سمجھوتے کا دوسرا نام ہے۔ مریض بھی اسے برہم کرنا نہیں چاہتا۔ اس لیے غیر شعوری طور پر تکلیف اُٹھاتا رہتا ہے۔

اس قسم کا سمجھوتا تجزیۂ نفس کے دوران میں صاف طور پر نظر آتا ہے۔ ہماری دوسری مریضہ کے جنون کا غیر شعوری مقصد ایک تو والدین کو اکٹھے سونے سے روکنا تھا تاکہ دوسرا بچہ پیدا نہ ہو اور ان کی محبت وہ اکیلی ہی ہمیشہ حاصل کرتی رہے۔ دوسرے وہ اپنی والدہ سے نفرت کرتی تھی اور والد کی نظروں میں ماں کی جگہ لینا چاہتی تھی۔ اس سے ظاہر ہے مریضہ کی علاماتِ مرض بدلے میں، ان خواہشات کی تسکین بھی کرتی ہوں گی، جو حقیقت میں پوری نہ ہو سکتی تھیں مگر ہم یہ دیکھتے ہیں کہ وہ کئی ایسی حرکات بھی کرتی تھی جن سے ظاہر ہوتا تھا کہ وہ اپنی اس جنسی خواہش کی تکمیل سے ڈرتی تھی۔ اس کا اظہار وہ کلاک بند کر کے اور گلدان وغیرہ کے ٹوٹنے کے ڈر سے کرتی تھی۔ چونکہ ان خیالات سے اُس کے اندر سخت احساسِ گناہ پیدا ہوتا تھا۔ اس لیے وہ اپنی ان خواہشات کو بُرا سمجھتی ہوئی اپنے آپ کو تکلیف اُٹھانے کا مستحق سمجھتی تھی، چنانچہ اپنے آپ کو سزا دینا بھی ضروری تھا۔ ان حالات میں وہ اپنی علامات کے ذریعے ان دونوں جذبات کو پورا کر رہی تھی لیکن یہ تصفیہ عملی زندگی میں بجائے کسی قسم کی تسکین دینے کے، اس کے لیے پریشانی کا باعث بنا ہوا تھا۔

اس قسم کی ذہنی علامات کا مقصد غیر شعوری طور پر اپنی دبی ہوئی خواہشات کو پورا کرنا اور اُن ہی خواہشات کی تکمیل سے اپنے آپ کو بچانا ہوتا ہے۔ اس طرح متضاد قسم کی خواہشات ظاہر ہوتی ہیں، جو ایک دوسرے کو منسوخ کر دیتی تھیں مگر اس کا اظہار مختلف بیماریوں میں مختلف طریقوں سے ہوتا ہے۔ ہسٹیریا میں یہ دونوں متضاد خواہشات ایک ہی علامت میں ظاہر ہوتی ہیں لیکن تسکین کا پہلو زیادہ نمایاں ہوتا ہے۔ وہم حاوی میں البتہ تکلیف کا پہلو تسکین پر حاوی ہوتا ہے۔ مریضہ جنسی تسکین سے بچنے کی کوشش میں اپنے آپ کو تکلیف دیتی رہتی ہے۔ جیسا

کہ ہماری اس مریضہ کی کیفیت تھی جو ''مجاہد'' بننا چاہتی تھی۔ اُس میں متضاد قسم کے جذبات باری باری پیدا ہوتے تھے۔ پہلے والدہ کی سخت مخالفت اور پھر بے حد خدمت کرتی۔ پہلے چھوٹے بھائی یا بہن کو بہت بُری طرح سے پیٹتی، پھر بے حد پیار کرتی اور اگر انھیں کوئی معمولی سی بھی تکلیف ہو جاتی تو اُس سے بہت زیادہ پریشان ہوتی وغیرہ وغیرہ۔ ''دوسرا کام پہلے کے بالکل برعکس ہوتا'' جیسے وہ غیر شعوری طور پر دوسری برعکس حرکت اس لیے کر رہی ہو کہ پہلی کا اثر زائل ہو جائے۔ بلکہ یوں سمجھے جیسے پہلی حرکت عمل میں لائی ہی نہ گئی ہو، حالانکہ حقیقت یہ ہے کہ دونوں حرکات ہوئیں مگر وہم حاوی کے مریضوں کے ذہن میں اُلٹی قسم کی منطق چلتی ہے۔ اسی لیے وہ اس ''بنانے اور بگاڑنے'' کے چکر میں پھنس جاتے ہیں۔ اس طرح یہ علاماتِ مرض کسی قسم کی حقیقی تسکین نہیں دے سکتیں۔ عموماً ان کا تعلق کسی جبلت کے ساتھ ہوتا ہے جو بچپن میں پوری نہ ہونے کی وجہ سے دب گئی ہو اور اب اُس کو پورا کرنے کی کوشش کی جا رہی ہو۔ ہر عمر کی اپنی اپنی خواہشات ہوتی ہیں اور اُسی عمر میں ان کا پورا ہونا ہی تسکین دے سکتا ہے۔ بعد میں یہ تسکین نہیں مل سکتی۔ بڑی عمر کی اپنی خواہشات ہوتی ہیں۔ صرف ان ہی کی تسکین انسان کو خوش رکھ سکتی ہے۔ یہ دونوں مریض لڑکیاں جوانی کو قبول کرنے کی بجائے اپنے بچپن کی طرف جانا چاہتی تھیں، تاکہ پھر انھیں وہی تسکین مل سکے، وہ ذہنی اور جذباتی طور پر بچہ ہونے کی وجہ سے اپنی جوانی کے جذبات سے ڈرتی تھیں، جیسے وہ کوئی خطرناک چیز ہو جس کو دبا دینا ہی بہتر ہے۔ اسی لیے ان کے اندر جوانی کے جذبات اور خیالات کی بجائے علامات پیدا ہو گئی تھیں۔

باب ششم

ایک تو ہم یہ تسلیم کرنے پر مجبور ہیں کہ بہت سے لاشعوری خیالات اپنی سرگرمی کے باوجود ذہن میں اس لیے داخل نہیں ہو سکتے کیونکہ کوئی طاقت ان کو برابر پیچھے دھکیلتی رہتی ہے۔ دوسرے یوں پیچھے دھکیلے جانے سے ان خیالات کی سرگرمی کم ہونے کی بجائے بڑھتی اور ذہنی اضطراب کا باعث بن جاتی ہے۔ تیسرے تجزیۂ نفس کے ذریعے اس مخالف طاقت کو دور کر کے ان سرگرم لاشعوری خیالات کو ذہن میں لایا جا سکتا ہے، اپنے ایسے ہی کارناموں کی بنا پر تجزیۂ نفس دنیا بھر میں ایک لاجواب طریقۂ علاج بن چکا ہے۔

انسانی ذہن کا گہرا مطالعہ کیا جائے تو معلوم ہوتا ہے کہ دماغ میں ایک جز و ایسا موجود ہے جس کا کام تمام کوائف ذہنی میں مطابقت پیدا کرنا ہوتا ہے۔ فرائیڈ نے اس ساخت کا نام ایگو (Ego) رکھا ہے۔ یہ ایگو ہمارے جذبات و حرکات پر پورا اختیار رکھتے ہوئے ذہنی نظام کو درست رکھتا ہے۔ رات کو ہم غافل سو رہے ہوتے ہیں مگر ایگو خوابوں پر سینسر کا کام کرتا رہتا ہے۔ کئی قسم کے رجحانات و خواہشات کو نہ صرف ذہن میں آنے ہی سے روکتا ہے بلکہ بعض دوسرے ایسے طریقوں سے بھی کام لیتا ہے کہ ان کا اظہار نہ ہونے پائے۔ تجزیۂ نفس کے دوران میں جب ان دبی ہوئی یادوں کو ذہن میں لانے کی کوشش کی جاتی ہے تو ایگو اس کی سخت مخالفت کرتا ہے اور جب یہ ایگو، تلازمِ افکار کے ذریعے کسی دبے ہوئے حرکی خیال کی گہرائی تک پہنچ ہو جاتی ہے تو سلسلہ خیالات فوراً رُک جاتا ہے اور باوجود کوشش کے کچھ بھی ذہن میں نہیں آنے پاتا۔ مریض ایسا محسوس کرتا ہے جیسے دماغ نے کام کرنا چھوڑ دیا ہو۔ بعض اوقات

ذہنی تناؤ اتنا بڑھ جاتا ہے کہ مریض سخت بے چینی محسوس کرتے ہوئے کمرے ہی سے بھاگ جانا چاہتا ہے۔ بعض مریض جمائیاں لینی شروع کر دیتے ہیں بعض سو جاتے ہیں، کئی مریض خود بھی خیالات کی اس رکاوٹ کو محسوس کر لیتے ہیں مگر سمجھ نہیں سکتے ایسا کیوں ہو رہا ہے۔ یہ رکاوٹ ایگو کا لاشعوری حصہ پیدا کرتا ہے، جس پر ایگو کو اختیار نہیں ہوتا۔ یوں سمجھیے کہ ایگو کا شعوری حصہ تو ذہنی نظام کو درست رکھتا اور لاشعوری حصہ علاج کی مخالفت کرتے ہوئے علاماتِ مرض کو جاری رکھنے کی کوشش میں مصروف رہتا ہے۔ شعوری ایگو کے بالکل برعکس ذہن کا وہ حصہ ہے جس میں جبلی خواہشات کا ذہنی اظہار ہوتا ہے اس کو فرائیڈ نے اڈ (Id) کا نام دیا ہے۔ اڈ لاشعور کا وہ حصہ ہے جس میں جبلی خواہشات و جذبات اپنی قدیم خود غرض، وحشیانہ اور بے لگام فطرت کے مطابق دائرہ شعور میں فوری تسکین طلب کرتی ہیں، لیکن جن کی تسکین کی اجازت موجودہ تہذیب و اخلاق کی رو سے نہیں مل سکتی۔

ایگو درحقیقت اڈ ہی کا وہ ارتقا یافتہ حصہ ہے جو بیرونی دنیا سے براہِ راست تعلق رکھنے اور متاثر ہونے کے باعث پیدا ہوتا ہے۔ اس لیے ایگو کا کام یہ ہے کہ اڈ کی خواہشات کو بیرونی حالات کے مطابق ترمیم کر کے پورا کرے یا حالات پر اس طرح قابو پائے کہ ترمیم شدہ خواہشات کی تکمیل ہو سکے۔ چنانچہ ایگو اُس ذہنی قوت کا نام ہے جسے ہم عقل یا حقیقت پسندی یا ذہنی تندرستی کہتے ہیں اور ذہنی صحت کا دارومدار بھی ایگو ہی کی تندرستی اور قوت پر منحصر ہے۔ ایگو جتنا حقیقت پسند ہوگا اتنا ہی انسان مطمئن اور خوش رہے گا۔ اس طرح حقیقت پسند ایگو جذبات کو قابو میں رکھتا ہے تاکہ وہ بے قابو ہو کر نقصان دہ ثابت نہ ہوں۔ ایگو کا تعلق اڈ کے ساتھ کچھ اس طرح کا ہے جیسا سوار کا گھوڑے کے ساتھ ہو۔ سوار گھوڑے کو قابو میں بھی رکھتا ہے تاکہ اپنی خواہش کے مطابق منزلِ مقصود پر پہنچ سکے لیکن بعض اوقات گھوڑے کی مرضی کے مطابق جہاں وہ جانا چاہے، بھی لے جانے پر مجبور ہوتا ہے۔ اس طرح ایگو کو بھی اڈ کی خواہشات کے مطابق اس طور سے عمل کرنا پڑتا ہے جیسا کہ وہ خواہشات اُس کی اپنی ہوں۔ حقیقت کے ساتھ ایگو کا تعلق اس لیے بھی بہت گہرا ہوتا ہے، کیونکہ جسمانی ضروریات صرف حقیقت ہی میں پوری ہو سکتی ہیں۔

نفسیاتی تحقیقات کے دوران میں ایک عجیب وغریب ذہنی عمل واضح ہوا کہ جن لوگوں میں اپنے آپ پر نکتہ چینی کرنے کی عادت بہت زیادہ ہوئی ان میں اس کے اثرات بہت اہمیت رکھتے ہیں۔ وہ لاشعوری طور پر علاج کے بہت زیادہ مخالف ہو جاتے ہیں۔ حالانکہ شعوری طور پر تندرست ہونے کے لیے بے تاب ہوتے ہیں۔ وہ علاج کے لیے بہت باقاعدگی سے آتے ہیں مگر بجائے کوئی فائدہ اُٹھانے کے ہر طرح سے علاج کو بے کار ثابت کرنے میں کوشاں رہتے ہیں۔ یہ نئی تحقیق کہ مریض ''غیر شعوری احساسِ گناہ'' کے باعث نامعلوم طریقوں سے علاج کی مخالفت کرتا ہے، ہمیں حیران کرنے کے ساتھ یہ تسلیم کرنے پر بھی مجبور کر دیتی ہے کہ اکثر ذہنی امراض کا بہت اہم سبب قطعی طور پر یہی ''غیر شعوری احساسِ گناہ'' ہوتا ہے اور یہی احساس تندرست ہونے میں ایک بہت بڑی رکاوٹ بن جاتا ہے۔ ان تحقیقات سے یہ بھی ظاہر ہوتا ہے کہ ایگو کا ایک حصہ مزید ترمیم پاکر ایک بالکل مختلف قسم کا کام سرانجام دینا شروع کر دیتا ہے۔ اس حصے کا نام فرائیڈ نے سپرایگو (Super-Ego) رکھا ہے۔ ایک حصہ اس کا بھی شعور میں ہوتا ہے۔ جس کو ضمیر (Ego-Ideal) کہتے ہیں۔ اب ان نظریات کے مطابق مالیخولیا کی شدید غم کی کیفیت اس طرح بیان کی جاسکتی ہے کہ سپرایگو کی سخت گیری جب ایگو پر ظلم ڈھانا شروع کرتی ہے تو مریض غم زدہ ہو کر مر جانا چاہتا ہے۔ چنانچہ بعض اوقات اس حالت میں خودکشی بھی کر لیتا ہے۔ زیادہ گہری تحقیقات کرنے سے یہ بھی معلوم ہوا کہ سپرایگو کے، اس رویے کی بنیاد عہد طفلی میں بچے اور اُس کے والدین کے باہمی تعلقات کی بنا پر رکھی جاتی ہے۔ جس طرح والدین بچے سے سلوک کرتے ہیں اُسی طرح بعد میں سپرایگو اُن کی جگہ لے کر ان سے سلوک کرنا شروع کر دیتا ہے اگر والدین سمجھ دار ہیں بچے سے محبت اور عزت سے پیش آتے ہیں اور اُس کی ضروریات کو سمجھتے ہوئے انھیں پورا کرتے ہیں تو بعد میں اس کا سپرایگو بھی اس سے اسی طرح کا سلوک کرے گا اور اس کے اندر صرف اس وقت ہی احساسِ گناہ پیدا کر سکے گا جب کہ بہت ضروری ہوگا۔ اس کا مقصد صرف ایسی غلطیوں سے بچانا ہوتا ہے جن کی وجہ سے انسان کو نقصان پہنچ سکتا ہے تاکہ وہ آئندہ ایسی حرکات سے محترز رہے اور حالات کو بلاوجہ بگاڑ کر اپنے آپ کو مصیبت میں نہ ڈالے، اگر والدین بدمزاج اور سخت گیر ہیں یا ہر بات پر نکتہ

چینی کرتے اور بچے کو سمجھنے کی بجائے اپنی کمزوریوں کو چھپاتے ہوئے اُسے ہی ڈانٹتے ڈپٹتے رہتے ہیں تو بچوں کا سپرایگو بھی ویسا ہی بن جائے گا اور بعد میں والدین کی طرح چھوٹی چھوٹی باتوں کی بنا پر سخت قسم کا احساس گنا پیدا کر کے تنگ کرتا رہے گا۔ معمولی غلطیاں جنھیں تندرست آدمی کوئی اہمیت نہیں دیتا اور بہت جلد بھول جاتا ہے۔ مریض کا سپرایگو اس کی بنا پر اُن کو مجرم سمجھتا ہوا سخت ذہنی کشمکش پیدا کر دیتا ہے جسے برداشت کرنا کچھ آسان نہیں ہوتا۔ والدین کے اس رویے کا اثر یہ بھی ہوتا ہے کہ بچے کے نفس جنسی (Psycho-Sexual) کی نشوونما میں رکاوٹ پیدا ہو جاتی ہے اور وہ ایڈی پس کی منزل پر پہنچ کر رُک جاتی ہے۔ چنانچہ لڑکا والدہ کے ساتھ جنسی محبت کو برقرار رکھتے ہوئے والد سے سخت نفرت کرتا اور اس سے ڈرتا رہتا ہے۔ اس ماحول میں جب اُس کا سپرایگو پرورش پاتا ہے تو بچے میں ان خیالات کی بنا پر احساسِ گناہ پیدا ہونا شروع ہو جاتا ہے۔ اس لیے اب سپرایگو چاہتا ہے کہ ایڈی پس خیالات کو دبایا جائے۔ حقیقت میں بھی باپ کا خوف لڑکے کو مجبور کرتا ہے کہ وہ اس طرح سوچنا چھوڑ دے، تاکہ اپنی عمر کے مطابق زندگی بسر کر سکے۔ فطری طور پر بھی اب بچے کے لیے ایک تو یہ ضروری ہو جاتا ہے کہ والدہ کی محبت اور سرپرستی چھوڑ کر خود مختار زندگی میں داخل ہو اور اپنی عمر کے معیار کے مطابق اپنا طرزِ عمل بنائے۔ دوسرے والد کی اہمیت کو سمجھتے ہوئے نفرت کی بجائے اس سے محبت کرے لیکن بچے کے رویے کا اس طرح بدلنا اتنا آسان نہیں جتنا کہ بظاہر نظر آتا ہے۔ ایڈی پس کی منزل میں بچے کے تصورات میں والد بہت ظالم اور جابر قسم کا انسان ہوتا ہے اگر والد کا ہمدردانہ سلوک بچے کے اس خوف کو دور نہ کر سکے تو بچے کے ایگو میں والد کا یہ خوف سپرایگو کی شکل اختیار کر لیتا ہے اور اس کے باعث بچہ اپنی ایڈی پس خواہشات کو دباتا رہتا ہے۔ اس طرح جب باپ کے کریکٹر کو سپرایگو اپنے اندر پیدا کر لیتا ہے تو وہ اس کا قائم مقام بن جاتا ہے۔ یہ سب مشاہدے میں آیا ہے کہ ایڈی پس خیالات جتنے شدید ہوں گے بچے اتنی ہی جلد مذہبی، اخلاقی اور روحانی تعلیم کے صرف اُن پہلوؤں کو تسلیم کریں گے جن سے تکلیف پہنچتی ہو۔ ان کے نظریات اس طرح انتخابی بن جانے کی وجہ سے صحیح نہیں رہتے اور وہ اپنے اندر خیالی سزا کا خوف پیدا کر کے ایڈی پس خیالات کو دباتے اور لاشعوری احساسِ گناہ کے ذریعے کفارہ ادا

کرتے رہتے ہیں۔ یہ نظریہ علاماتِ مرض کی شکل میں وہم حاوی کے مریضوں میں واضح طور پر نمایاں ہوتا ہے کہ کس طرح انہوں نے مذہب کو غلط سمجھا اور اپنے ایذا طلب مسلک کے ذریعے اپنے اندر سخت قسم کا خوف پیدا کر کے اپنی جبلی خواہشات کو بُرا قرار دیا اور انھیں دباتے رہے۔ جتنا ان کے اندر جذبہ اخلاق و اصلاح زیادہ تھا اُتنا ہی اُن کا سپر ایگو سخت گیر تھا۔ انہوں نے اپنی فطرتی خواہشات کو جتنا زیادہ دبایا اتنا ہی زیادہ لاشعوری احساسِ گناہ پیدا ہو گیا۔

اب معلوم کرنے کی بات یہ ہے کہ ضمیر میں یہ قوت آتی کہاں سے ہے جس کے باعث وہ اس درجہ ظالم و جابر بن جاتا ہے اگر ہم ضمیر کے بنیادی اسباب کا گہرا مطالعہ کریں تو اس کی دو بہت اہم وجوہ معلوم ہوتی ہیں۔ ایک تو یہ کہ انسان میں بچپن کا زمانہ بہت عرصے تک جاری رہتا ہے۔ جس کی وجہ سے بچوں کو کافی بڑی عمر تک والدین کے سہارے زندگی بسر کرنا پڑتی ہے۔ دوسرے اس دوران میں ایڈی پس خیالات کے باعث ذہنی کشمکش بھی جاری رہتی ہے اور خوف بھی محسوس ہوتا رہتا ہے۔ چھ سال کی عمر میں سنِ بلوغ تک کے زمانہ کو فرائیڈ نے ''دورِ خوابیدہ'' (Latency Period) کے نام سے موسوم کیا ہے۔ اس زمانے میں نفسیاتی طور پر جنسی نشو و نما بند ہو جاتی ہے یا اُس میں کچھ تنزل آنا شروع ہو جاتا ہے۔ اسی زمانہ میں بچے کی تعلیم و تربیت کا آغاز ہوتا ہے اور وہ اپنی خواہشات اور حرکات پر قابو پانا سیکھتا ہے۔ اسی دوران میں بچپن کی یادیں بھول جاتی ہیں۔ یہ وہی زمانہ ہے جسے ہم تجزیہ نفس کے دوران میں تلازمِ افکار کے ذریعے یاد دلانے کی کوشش کرتے ہیں اور جس کے شعور میں آنے سے مریض افاقہ محسوس کرتا ہے اور سمجھ جانے سے ہمیشہ کے لیے تندرست ہو جاتا ہے۔

یہ ''دورِ خوابیدہ'' بھی ایک عجیب و غریب مظہرِ قدرت معلوم ہوتا ہے جو صرف انسان ہی کی جنسی نشو و نما میں نظر آتا ہے۔ حیوانات کی زندگی میں کوئی ایسا وقفہ نہیں ہوتا کیونکہ ان کا بچپن ختم ہوتے ہی جوانی شروع ہو جاتی ہے اور وہ فوراً ہی جنسی زندگی بسر کرنا شروع کر دیتے ہیں لیکن انسان میں عہدِ خوابیدہ کی وجہ سے جنسی زندگی فوراً شروع نہیں ہو سکتی۔ اُسے سنِ بلوغ کو پہنچتے کافی عرصہ صَرف ہوتا ہے۔ اس دوران میں بچے کو ماں میں جنسی دلچسپی چھوڑنی پڑتی ہے اور ماں کو پیار کرنے کے بجائے ماں کا پیار کم ہو جانے کے غم کا احساس ستانا شروع کر دیتا

ہے۔ بچے کے لیے ماں کو چھوڑنا کچھ آسان کام نہیں ہوتا، کیونکہ وہ ایک ایسی عجیب و غریب ہستی ہے، جس کی جگہ کوئی بھی نہیں لے سکتا لیکن اُس کے برعکس ماں کی تسکین کے لیے دوسرا بچہ پہلے کی جگہ بہت آسانی کے ساتھ لے سکتا ہے اسی ''دورِ خوابیدہ'' میں بہت سی ذہنی تبدیلیوں کے بعد شخصیت کی بنیاد رکھی جاتی ہے۔ شاید انسان کی ذہنی ترقی اور تہذیب کا راز یہی ''دورِ خوابیدہ'' ہے یا یوں بھی ہو سکتا ہے کہ تہذیب و اخلاق کے آغاز اور ترقی کے باعث یہ ''دورِ خوابیدہ'' ظہور میں آیا ہو۔ بہر حال اسی زمانہ میں سپر ایگو کا ظہور ہوتا ہے۔ اس لیے یہ واقعہ انسانی ترقی کی ایک بہت اہم منزل کا پتہ دیتا ہے کیونکہ اس زمانے کی خصوصیتیں باطن میں محفوظ ہو جاتی ہیں۔ اسی طرح بچہ اپنی ابتدائی زندگی میں والدین کے اثرات قبول کر کے اپنے ضمیر کی تخلیق کرتا ہے۔

بچہ اپنے والدین کو بہت بلند پایہ انسان سمجھ کر ان ہی جیسا بننا چاہتا ہے۔ ان کی تعریف بھی کرتا ہے اور ان سے خوف زدہ بھی رہتا ہے اور بڑے ہونے پر ان کے رویے کو سپر ایگو کی صورت میں ہمیشہ کے لیے اپنے اندر محفوظ بھی کر لیتا ہے۔ اس طرح سپر ایگو والدین کی جگہ لیتا ہے اور سوائے محبت اور پیار کے باقی سب باتوں میں بالکل اُن ہی کا سا رویہ اختیار کر لیتا ہے۔ اس لحاظ سے ہم یہ بھی کہہ سکتے ہیں کہ سپر ایگو ''ایڈی پس'' کے عوض پیدا ہو جاتا ہے۔ اس لیے یہ ایک بہت طاقت ور اور اہم جبلی جذبے کا اظہار ہے۔ دوسرے سپر ایگو کی مدد سے ایگو اڈ کے بے لگام جذبات کی روک تھام بھی کرتا ہے۔ جب کسی کا سپر ایگو باپ کی جگہ لے کر اُس کا سہارا بن جائے تو ایسی صورت میں وہ شخص بڑی آسانی سے اپنے سے برتر لوگوں کا دست نگر بن جاتا ہے۔ اس طرح جب ایگو اپنے سپر ایگو کی عظمت تسلیم کر لیتا ہے تو اس کے اندر احساسِ کم تری پیدا ہو جاتا ہے۔

بچے کے بڑے ہونے پر باپ کی جگہ اُس کے اُستاد یا دوسرے ایسے لوگ لے لیتے ہیں جو اسے تعلیم و تربیت دیتے ہیں، اب ان سب کے احکام، ہدایات، ممانعتیں وغیرہ سپر ایگو کے اندر نقش ہوتی اور اس کی سخت گیری کو بڑھاتی رہتی ہیں۔ اب سپر ایگو کا شعوری حصہ یعنی ضمیر ان کی تمام غیر فطری، اخلاقی یا تہذیب سے گری ہوئی حرکات سے احساسِ گناہ اور لاشعوری

خوف پیدا کر کے روکتا رہتا ہے۔ جب انسان اپنے ضمیر کے معیار کے مطابق عمل نہیں کر سکتا تو اُس کی حرکات احساسِ گناہ پیدا کرتی ہیں جو سخت تکلیف دہ ہوتا ہے۔ پھر بھی اس اشرف المخلوقات انسان کے اندر اس سپر ایگو کی تشکیل نے مذہب، اخلاق اور تہذیب کی بنیادیں رکھ کر اس کو اور بھی بلند مرتبت بنا دیا ہے کیونکہ ان سب کا مقصد ایک ہی تھا کہ اڈ کی بے لگام جبلی خواہشات کی تسکین کے تکلیف دہ انجام سے بچانا۔ زمانۂ قدیم میں جن خطرات کا سامنا کرنا پڑتا، وہ شدید اور ناقابلِ برداشت ہوتے تھے۔ مزید نفسیاتی تحقیقات سے کچھ ایسا ہی معلوم ہوتا ہے جیسے ابتدائی تہذیب کے زمانے میں عورتوں سے پہلے مردوں نے اس سمت میں قدم اُٹھایا اور ان اخلاقی اصولوں کی بنیاد رکھی جن کی رو سے مہذب و شائستہ بننے کی تعلیم ملنی شروع ہوئی۔ بعد میں عورتوں نے بھی ان اصولوں کو اپنانا شروع کیا اور والہانہ زندگی پر، مہذب بننے کو ترجیح دی، تاکہ وہ بھی اپنی زندگی سکون سے بسر کر سکیں لیکن آج کل بھی اس مہذب دنیا میں ایسے لوگوں کی کمی نہیں جو قدیم وضع کی بے لگام زندگی بسر کرنے سے طرح طرح کے جرائم کا ارتکاب کرتے اور مشکلات میں گرفتار ہوتے ہیں۔ دوسری قسم کے لوگ اپنی زندگی بسر تو ضرور کرنا چاہتے ہیں لیکن اپنے سپر ایگو کی امداد سے خوف کے مارے، ان وحشیانہ خواہشات کو دبا لیتے ہیں لیکن اس دباؤ کی وجہ سے ان میں کئی قسم کی نفسیاتی بیماریاں پیدا ہو جاتی ہیں اگر سپر ایگو زیادہ سخت گیر نہ ہو تو انسان اس اندرونی تبدیلی کی وجہ سے اچھا خاصا حقیقت پسند بن جاتا ہے اور اپنی جبلی خواہشات کی تسکین کئی ایسے مہذب طریقوں سے بھی کر لیتا ہے جو سوسائٹی کے معیار کے مطابق ہوتے ہیں۔

نفسیاتی نقطۂ نظر سے انسانی ذہن کو تین حصوں میں تقسیم کیا جا سکتا ہے۔ یعنی (۱) ایگو (۲) سپر ایگو اور (۳) اڈ لیکن ان کے باہمی حرکی تعلقات کے متعلق معلومات حاصل کرنا بھی بہت اہمیت رکھتا ہے۔ ایگو کا تعلق براہِ راست بیرونی دنیا کے ساتھ ہونے کی وجہ سے وہ برابر اثر پذیر ہوتا رہتا ہے۔ ہماری جبلتوں یا جسمانی ضروریات کا ذہنی اظہار اڈ کے ذریعے ہوتا ہے۔ ایگو چونکہ اڈ ہی کا ترمیم شدہ حصہ ہے، اس لیے جبلی جذبات کو محسوس کر لیتا ہے اور حقیقت کی دنیا میں ان کو اس طرح پورا کرنے کی کوشش عمل میں لاتا ہے جو کہ بیرونی اور اندرونی اخلاقی معیار

کے مطابق ہوتی ہے۔

فرائیڈ کے نقطۂ نظر سے ہماری جبلتیں صرف دو قسم کی ہیں۔ ایک تو ''جبلت حیات'' (Life Instinct)، جو ہمیں نہ صرف جنسی بلکہ ہر قسم کی ذہنی و جسمانی تسکین بخش کر خوشی کا باعث بنتی ہے اور جس کا تعلق براہِ راست زندگی کے ساتھ ہونے کی وجہ سے، زندہ رہنے کے لیے اس کی تسکین بہت ضروری ہے۔ دوسری ''جبلت جارحانہ'' (Instinct of Aggression) جو ہمیں دوسروں پر تشدد کرنے پر آمادہ کرتی ہے۔ اس کا تعلق ''جبلت مرگ'' (Death Instinct) سے ہے کیونکہ اس کا کام ''بے زندگی'' یعنی زندگی کی ابتدائی حالت میں لے جانے کا ہوتا ہے۔ فرائیڈ کے نظریے کے مطابق ''زندگی'' (Animation) ''بے زندگی'' (Inanimation) کی حالت میں پیدا ہوئی تھی۔ اس لیے زندگی کے اندر ہی ایسی طاقت موجود ہے جو اُس کو واپس ''بے زندگی'' کی حالت میں لے جانا چاہتی ہے۔ اسی کا نام فرائیڈ نے ''جبلت مرگ'' یا ''جبلت تشدد'' رکھا ہے۔

مالیخولیا کے مریضوں میں جو اپنے آپ کو مار ڈالنا چاہتے ہیں یہ جبلت نمایاں طور پر نظر آتی ہے۔ یہ دونوں جبلتیں ہر زندہ چیز کے اندر پائی جاتی ہیں یا یوں کہا جا سکتا ہے کہ زندگی ان دونوں کی باہمی کشمکش اور تعاون کا دوسرا نام ہے۔ عام طور سے ''جبلت مرگ'' کا اظہار بیرونی دنیا اور دوسری زندہ چیزوں کو تباہ و برباد کرنے میں ہوتا ہے اور ''جبلتِ حیات'' کا اظہار زندگی کو قائم رکھنے اور اُس کو بڑھانے سے ظاہر ہوتا ہے۔ جب ہم اس نئے نظریے کو ''کہ زندگی ان دو جبلتوں کے عمل اور ردِ عمل کا نام ہے۔'' تسلیم کر لیتے ہیں تو پھر اس آمیزش کی کمی بیشی کے متعلق سوچنے پر بھی مجبور ہو جاتے ہیں۔ جنسی ملاپ میں قوت کا استعمال، جو اُسے زیادہ موثر بنا دیتا ہے، اس آمیزش کی بہترین مثال ہے لیکن سادیت (Sadism) اس آمیزش کی ناکامی کو ظاہر کرتی ہے۔ مرض وہم حاوی میں جبلت تشدد اور جنس بالکل جدا جدا نظر آتی ہیں۔ جس کی وجہ سے مریض کے لاشعور میں نفرت کے جذبات اس قدر ہیجان پیدا کرتے ہیں کہ انھیں روکنے کے لیے وہ متضاد قسم کی عادات پیدا کر کے دبانے پر مجبور ہو جاتا ہے جیسا کہ بعض مریضوں میں جن کا ذکر پہلے کیا گیا ہے، جو شیلے قسم کے ناول پڑھ پڑھ کر ''مجاہد'' اور ''سچا مسلمان'' بننے کا جنون پیدا

ہوگیا تھا۔ مزید تحقیقات سے معلوم ہوا کہ جنسی بدعادات جو جنون کی صورت اختیار کر جاتی ہیں، ذہنی تنزل کی وجہ سے پیدا ہوتی ہیں۔ اس کے علاوہ اپنے عزیزوں کے ملے جلے جذبات محسوس کرنا، کبھی پیار اور کبھی نفرت، اس آمیزش کے نامکمل ہونے کو ظاہر کرتا ہے۔ ہر قسم کے ذہنی مریضوں میں جذبۂ محبت کے ساتھ ساتھ جذبۂ نفرت بھی بہت باقاعدگی کے ساتھ ظاہر ہوتا ہے۔ انسانی تعلقات میں عموماً نہ صرف نفرت محبت کی پیش رو ہوتی ہے بلکہ بعض حالات میں نفرت محبت میں اور محبت نفرت میں بھی تبدیل ہو جاتی ہے۔ ان نفسیاتی تغیرات کی توجیہہ کچھ مشکل نہیں ہے مثلاً پیرانویا (Paranoia) کا مریض جو اپنے آپ کو بہت بڑا آدمی سمجھتے ہوئے سب کو اپنا دشمن بھی سمجھتا ہے اور اپنے بچاؤ کے عجیب وغریب طریقے سوچتا رہتا ہے، صاف طور سے ظاہر کرتا ہے کہ ماضی میں اسے جس سے سب سے زیادہ محبت تھی اب اُسی سے زیادہ نفرت کرتا ہے، کیونکہ اپنی ذہنی تبدیلی کی وجہ سے اب وہ شخص ہمدرد و محسن نظر آنے کی بجائے مخالف وستم گر نظر آتا ہے۔ اپنے اس غلط احساس کو حقیقت سمجھتے ہوئے وہ اس کا دشمن بن جاتا ہے اور اُسے اپنی حقارت، نفرت اور جور و ستم کا نشانہ بنا لیتا ہے اور اگر سمجھانے کی کوشش کی جائے تو اپنی اُلٹی سیدھی منطق کے ذریعے اپنے آپ کو سچا ثابت کرنا چاہتا ہے۔ محبت کا یوں نفرت میں تبدیل ہو جانا ذہنی توازن کو بگاڑ دیتا ہے۔

ان مریضوں کے گہرے تجزیے سے ثابت ہوتا ہے کہ ان کی جنسی نشوونما صحیح طور پر نہ ہوسکی تھی۔ چنانچہ اُنہیں مخالف جنس میں دلچسپی پیدا ہونے کی بجائے ہم جنس ہی کے ساتھ لگاؤ رہا، یا اندرونی کشمکش ذہنی تنزل پیدا کر کے جنسی نشوونما کی اُس منزل پر لے آئی جہاں ہم جنس میں دلچسپی زیادہ ہوتی ہے اور مخالف جنس میں کوئی کشش محسوس نہیں ہوتی۔ اس لیے ان لوگوں میں ہم جنس میں دلچسپی بڑھ جاتی ہے۔ اس کے علاوہ اس تنزل کی وجہ سے وہ بچے کی طرح خود غرض اور خود پسند بھی ہو جاتے ہیں۔ دوسروں میں دلچسپی اور ملنساری کا جذبہ نہ ہونے کی وجہ سے وہ ہر ایک کو شک کی نظر سے دیکھتے اور اس سے سخت قسم کی رقابت محسوس کرتے ہیں جو عموماً نفرت اور ظالمانہ خواہشات میں بدل جاتی ہے اگر تجزیۂ نفس کے ذریعے اس پر قابو پالیا جائے تو یہ رویہ محبت میں بدل سکتا ہے۔ اس اندرونی تبدیلی کی وجہ سے جن کو پہلے نفرت اور حقارت کی

نظر سے دیکھا جاتا تھا اب حقیقت پسندانہ انداز سے دیکھا جاتا ہے لیکن اس تغیر میں دوسروں کے رویے کا کوئی دخل نہیں ہوتا۔ اس سے ظاہر ہوتا ہے کہ مرض پیرانویا میں ان دونوں بنیادی جبلتوں کی آمیزش صحیح طور سے نہیں ہوتی۔ اس لیے نفرت کے بڑھ جانے کی وجہ سے چاہنے والے کو ہی ستم گر سمجھا جاتا ہے۔ ایگو میں سپر ایگو کے اس خاص مرتبے کو دو طرح دیکھا جاسکتا ہے۔ ایک تو باپ جیسا بننے کی خواہش سے اور دوسرے ایڈی پس کی جگہ لے کر خوف وہراس پیدا کرنے سے، اگرچہ سپر ایگو بعد کی زندگی کے اثرات بھی قبول کرسکتا ہے، تاہم والدین سے حاصل کیے ہوئے اثرات اور خصوصیتوں کو زندگی بھر قائم رکھتا ہے، اس طرح ایگو کا حصہ ہوتے ہوئے بھی اُس سے جدا رہ کر اُس پر حکومت کرنے کی طاقت رکھتا ہے۔ سپر ایگو کا یہ رویہ ایگو کے گزشتہ سہارے اور دوسرے کمزوریوں کی ایک زندہ یادگار بن جاتا اور اس طرح اُس کے اندر احساسِ کمتری پیدا کرتا رہتا ہے۔ اس لیے بالغ ہونے پر بھی ایگو اس کی فرماں روائی میں دبا رہتا ہے جیسے بچپن میں والدین کی اطاعت کرنے پر مجبور تھا ویسے ہی اب بھی ایگو اپنے سپر ایگو کی حاکمانہ قطعی اطاعت کے مطیع ہوتا ہے۔ سپر ایگو کا اڈ یا جبلی خواہشات کے ساتھ بہت گہرا تعلق ہوتا ہے۔ اس لیے وہ ان کے ذریعے ایگو کے ساتھ بھی باہمی تعلقات رکھتا ہے، کیونکہ ایگو بھی تو اڈ کا ویسا ہی ترمیم شدہ حصہ ہے جیسے سپر ایگو، ایگو کا ہے۔ سپر ایگو کے اڈ کی گہرائیوں تک پہنچ جانے کی وجہ سے اُس کا تعلق شعور سے ایگو کی نسبت بہت دور کا ہوتا ہے۔ ذہن کے ان تینوں حصوں کے باہمی تعلقات کو مختلف علاماتِ مرض کے ذریعے بدخوبی سمجھا جاسکتا ہے۔

کئی مریضوں کا رویہ تجزیۂ نفس کے دوران میں ایسا پریشان کُن ہوتا ہے کہ تجزیہ کار ایک اُلجھن اور تذبذب میں پھنس جاتا ہے اگر اس قسم کے مریضوں کو ان کی بیماری کے متعلق امیدوارانہ انداز سے حوصلہ دلایا جائے کہ وہ بالکل ٹھیک ہو جائیں گے یا اُن کے علاج کی بہ تدریج کامیابی پر خاطر جمعی کا اظہار کیا جائے تو وہ کچھ بے قرار اور غمناک سے نظر آنے شروع ہو جاتے ہیں اور اُن کی حالت عموماً بگڑنی شروع ہو جاتی ہے اور علاماتِ مرض از سرِ نو زور پکڑ جاتی ہیں یا جب انہیں علاج کے اختتام کے متعلق آگاہ کیا جاتا ہے تو خوش ہونے کی بجائے وہ علاماتِ مرض پھر پیدا کر لیتے اور بڑے غصے میں اپنی رنجش کا اظہار اس طرح کرتے ہیں کہ

باوجود اتنے طویل علاج کے، میں اب تک تندرست کیوں نہیں ہوا؟ یا طریقۂ علاج پر ہی نکتہ چینی اور شکوک کا اظہار کرتے ہیں وغیرہ وغیرہ اگر اس ردِعمل کا بغور مطالعہ کیا جائے تو مریض کا یہ رویہ کس قدر گستاخانہ، اِن معنوں میں ضرور قرار دیا جا سکتا ہے کہ وہ لاشعوری طور پر نئے سرے سے علامات پیدا کر کے یہ ثابت کرنا چاہتا ہے کہ وہ تجزیہ کار پر فوقیت رکھتا ہے لیکن جب وہ اس ردِعمل کا مطلب سمجھ لیتا ہے تو تندرست ہونے کی خواہش اُس میں دوبارہ پیدا ہو جاتی ہے لیکن اس ردِعمل کے معنی ذہن نشین کروانا اتنا آسان کام نہیں ہوتا، کیونکہ کئی مریض اپنے نظریے عرصے تک بحال رکھنے کی پوری کوشش کرتے ہیں، کیونکہ ان کے اندر سپر ایگو بہت طاقت ور ہوتا ہے، اور ایگو کے دب جانے کی وجہ سے سپر ایگو کی خوشنودی بہت ضروری ہوتی ہے اور سپر ایگو انھیں بیمار رکھنا چاہتا ہے۔ اس لیے مریض کا ایگو نہ صرف اپنی کسی قسم کی خوشی یا تعریف کو برداشت نہیں کر سکتا بلکہ روبہ صحت ہونے کی اُمید سے بھی گھبرا اُٹھتا ہے اور بالکل برعکس قسم کی حالت پیدا کر لیتا ہے۔ عام حالات میں تو نامکمل علاج بھی مریض کو اگر بالکل تندرست نہیں کرتا تو اس میں کچھ نہ کچھ بہتر ہونے کا احساس ضرور پیدا کرتا ہے یا علاماتِ مرض کو عارضی طور سے غائب کر دیتا ہے۔ اکثر ایسے مریض علاج کے دوران میں بھی بعض اوقات افاقہ محسوس کرنے کے بعد زیادہ بیمار ہو جاتے ہیں۔ بات یہ ہوتی ہے کہ شعوری طور پر وہ تندرست ضرور ہونا چاہتے ہیں اور اس خواہش کو پورا کرنے کے لیے ہر قسم کی کوشش کرنے کے لیے بھی تیار ہوتے ہیں، لیکن ان کے تجزیۂ نفس کے دوران میں یہ بات واضح ہو جاتی ہے کہ ان کی غیر شعوری خواہشیں تندرست ہونے کے بالکل برعکس ہوتی ہیں۔ اس لیے وہ اپنی علاماتِ مرض کو چھوڑنا نہیں چاہتے اور جب بھی ان کو علاماتِ مرض سے چھڑانے کی کوشش کی جاتی ہے تو وہ اور بھی زیادہ ان سے چمٹتے ہیں اور ہر ممکن طریقے سے تجزیہ کار کی کوشش کو رائیگاں کرتے ہیں۔ ایسا محسوس ہوتا ہے جیسے وہ تندرست ہونے کو بیمار رہنا سمجھتے ہوئے شفا سے ڈرتے ہوں۔

اس میں کوئی شک و شبہ نہیں کہ ان لوگوں میں کوئی نہ کوئی ایسی لاشعوری طاقت ضرور ہوتی ہوگی جو ان کو شفا پانے کی خواہش کے برخلاف سرگرمِ عمل رہتی ہے۔ اس لیے تندرست ہو جانے کا محض خیال ہی، اُن کے اندر خوف و ہراس کچھ اس طرح پیدا کر دیتا ہے جیسے کسی بہت بڑے خطرے کا

سامنا کرنا پڑ رہا ہے۔ ان حالات میں ہم عموماً یہ کہہ دیتے ہیں کہ ان لوگوں میں بیمار رہنے کا تقاضا تندرست ہونے کی خواہش پر حاوی ہو گیا ہے۔ اس لیے یہ بیمار ہی رہنا چاہتے ہیں اگر ہم اس اندرونی مخالفت کا بغور مطالعہ کریں تو چند باتیں نمایاں طور پر واضح ہوتی ہیں۔ ایک تو مریض اپنی نرگسیت کے باعث تجزیہ دان کی رسائی سے باہر ہوتے ہیں، دوسرے تجزیہ دان کے خلاف باغیانہ رویہ رکھتے ہوئے اپنی ہر بات منوانا چاہتے ہیں یا تجزیہ دان کی بات مان لینے میں اپنی توہین سمجھتے ہیں۔ جیسے بچہ ضد چھوڑنے میں اپنی ہتک محسوس کرتا ہے یا اپنے آپ کو بہت ذہین اور لائق قرار دے کر تجزیہ دان کو بہت حقیر اور بہت معمولی قابلیت کا آدمی سمجھتا ہے۔ اس کی بات کو صحیح ماننا اپنے آپ کو ذلیل اور کم تر کرنے اور اس کے تابع ہو جانے کے برابر قرار دے لیتا ہے۔ اس لیے وہ تجزیہ کار کی ہر شرط کو ماننے کی بجائے نظر انداز کرنے کی کوشش کرتا ہے اور تیسرے بیمار رہنے کے کچھ فوائد ہوتے ہیں جنھیں مریض چھوڑنا نہیں چاہتا، مثلاً بیماری کے ذریعے دوسروں پر اقتدار رکھنا، ہر قسم کی ذمہ داری سے بچے رہنا وغیرہ وغیرہ۔ ان تینوں اسباب کے علاوہ اس اندرونی مخالفت کی سب سے اہم وجہ جو مریض کے تندرست ہونے میں سدِراہ بنتی ہے، احساسِ گناہ ہے۔ اس احساسِ گناہ میں وہ اخلاقی عنصر ہوتا ہے، جو مریض کے ناکردہ گناہوں کا کفارہ بیماری کے ذریعے دینا چاہتا ہے۔ اس لیے وہ اپنی تکلیف اُٹھانے کی سزا سے چھٹکارا نہیں پا سکتا۔ یہ سب کچھ لاشعوری طور سے عمل میں آتا ہے۔ اس لیے جہاں تک مریض کا تعلق ہے، یہ احساسِ گناہ بالکل خاموش ہوتا ہے جیسے کہ گونگا ہو۔ وہ مریض سے یہ نہیں کہتا کہ تم گناہگار ہو۔ چنانچہ مریض گناہگار محسوس کرنے کی بجائے اپنے آپ کو بیمار سمجھ بیٹھتا ہے لیکن اس کا اظہار غیر شعوری طور پر اپنی ذہنی تندرستی کی مخالفت کی صورت میں کرتا ہے اور اس کے لیے اس جذبے پر قابو پانا بھی کچھ آسان کام نہیں ہوتا۔ تجزیۂ نفس کے دوران میں مریض کو اس بات پر قائل کرنا کہ اُس کا اپنی بیماری کو برقرار رکھنے کا مقصد فی الحقیقت اپنے احساسِ گناہ کا کفارہ دینا ہے، نہایت مشکل ہو جاتا ہے۔ مریض اس تجزیے کو عموماً نہیں مانتے اور عام قسم کی تشریح کر کے بات کو ٹال جانے کی کوشش کرتے ہیں، مثلاً بھلا باتوں سے بیماری کیسے ٹھیک ہو سکتی ہے یا مجھے کوئی طبعی مرض ہے یا میرے دماغ کا کوئی حصہ خراب ہو گیا ہے یا میری تکلیف

کے باعث دوسرے لوگ ہیں جب تک وہ اپنا رویہ نہیں بدلیں گے میں کیونکر تندرست ہوسکتا ہوں، وغیرہ وغیرہ۔ اس لیے تجزیۂ نفس موزوں علاج نہیں۔ یہ بات بھی مشاہدے میں آئی ہے کہ مرض جتنا زیادہ شدید ہوگا اتنا ہی مریض کا لاشعوری رویہ تندرست ہونے کے خلاف ہوگا اور وہ ہر ممکن طریقے سے اپنے مرض کو برقرار رکھنے کی کوشش کرے گا۔ یہ رویہ مرض وہم حاوی میں خاص طور سے نمایاں ہوتا ہے۔ اس حد تک کہ اگر مریض خود بھی اپنے آپ کو بہتر محسوس کرے تو علامات فوراً پیدا ہو جاتی ہیں۔ جن ذہنی امراض کی شدت زیادہ نہیں ہوتی، اُن میں بھی اندرونی رکاوٹ ضرور محسوس ہوتی ہے۔ یوں معلوم ہوتا ہے کہ جس طاقت نے علامات پیدا کی تھیں وہی اُن کو برقرار رکھنے کی بھی پوری کوشش کر رہی ہے اور جب بھی اُن کو دور کرنے کی کوشش کی جاتی ہے تو یہی طاقت ردِعمل کے طور پر مریض کے رویے میں تبدیلی پیدا کر دیتی ہے۔ چنانچہ وہ علاج کی مخالفت شروع کر دیتا ہے۔ اس ردِعمل کی شدت سے مرض کی سختی کا اندازہ بھی لگایا جا سکتا ہے۔

جب ہم اپنے اخلاقی معیار یا نصب العین سے گر کر کوئی کام کر بیٹھتے ہیں تو احساسِ گناہ پیدا ہوتا ہے، جس کا ذہنی اظہار شعوری طور پر ضمیر کی آواز یا خود ملامتی کی شکل میں ہوتا ہے اور ہم اپنے آپ کو کچھ گھٹیا سا سمجھنا شروع کر دیتے ہیں۔ یہ احساس بہت تکلیف دہ ہوتا ہے۔ اس لیے ہم پوری کوشش کرتے رہتے ہیں کہ اپنے معیار کو برقرار رکھیں لیکن احساس کمتری جو ہر ذہنی مریض میں لازمی طور پر موجود ہوتا ہے، لاشعوری احساسِ گناہ کے باعث پیدا ہوتا ہے۔ ہر قسم کے ذہنی امراض میں احساسِ گناہ شعوری طور پر بھی بہت زیادہ ہوتا ہے۔ ان میں ضمیر کی سخت گیری خاص طور سے نمایاں ہوتی ہے اور ایگو کے خلاف انتہائی ظالمانہ غصے کا اظہار کیا جاتا ہے۔ ضمیر کا یہ رویہ امراض وہم حاوی اور مالیخولیا میں خاص طور پر نمایاں ہوتا ہے۔ ضمیر کی سخت گیری ان امراض کی باہمی مشابہت کے علاوہ ان کے فرق کو بھی واضح کرتی ہے۔ مرض وہم حاوی میں احساسِ گناہ کا اظہار نمایاں اور پُر زور ہوتا ہے لیکن مریض کے ایگو کے سامنے یہ احساسِ گناہ اپنے آپ کو صحیح یا حق بجانب ثابت نہیں کر سکتا۔ اس لیے مریض کا ایگو ان الزامات کو تسلیم کرنے سے انکار کرتا اور اپنے تجزیہ کار کی مدد سے احساسِ گناہ کو رد کرنے میں کامیاب

ہو جاتا ہے۔ ایسے مریضوں کے تجزیۂ نفس کرنے کے دوران میں ظاہر ہوتا ہے کہ ان کے سپر ایگو پر دبے ہوئے لاشعوری خیالات و جذبات کے اثرات اس طرح مرتب ہوتے ہیں کہ ان کے ایگو کو کچھ پتہ نہیں چلنے پایا۔ زیادہ گہرے تجزیے سے یہ ممکن ہو سکتا ہے کہ ہم ان جذبات کو جو احساسِ گناہ کے ذریعے دبا دیے جاتے ہیں، معلوم کر لیں۔ اس تحقیق سے یہ بھی ظاہر ہوتا ہے کہ لاشعوری اڈ سے بہ مقابلہ ایگو کے، سپر ایگو زیادہ واقف ہوتا ہے۔ اس لیے ہر جبلی خواہش کا ایگو سے پہلے سپر ایگو کو پتہ چل جاتا ہے۔ چنانچہ کئی خواہشات پیشتر اس کے کہ وہ شعور میں آئیں، لاشعور ہی میں دبا دی جاتی ہیں اور ایگو کو ان کے متعلق کبھی کچھ پتہ نہیں چلنے پاتا۔

مالیخولیا کی کیفیت میں مریض کے شعور پر سپر ایگو کا قبضہ مکمل ہوتا ہے۔ اس لیے مریض کا ایگو دب جانے اور بہت متحمل ہونے کی وجہ سے سپر ایگو کے ظلم و تشدد پر کسی قسم کا اعتراض نہیں کر سکتا۔ وہ ہر قسم کے احساسِ گناہ کو جو سپر ایگو اس میں پیدا کرتا ہے، بالکل صحیح تسلیم کرتے ہوئے ہر سزا بھگتنے کے لیے اپنے آپ کو پیش کر دیتا ہے لیکن مرض وہم حاوی میں ایسا نہیں ہوتا، اس میں مریض اپنے احساسِ گناہ کو صحیح تسلیم نہیں کرتا بلکہ اس کے خلاف لڑتا ہے۔ چنانچہ ملامت کرنے والے خیالات کو بُرا کہتے ہوئے، ان سے نجات حاصل کرنا چاہتا ہے مگر ایگو بہت کمزور اور متحمل ہونے کی وجہ سے، ان سے چھٹکارا نہیں پا سکتا۔ اپنی اس خواہش اور اپنے ایگو کی کمزوری کا احساس ان مریضوں میں بہت نمایاں ہوتا ہے لیکن ہسٹریا اور دوسرے ایسے امراض میں احساسِ گناہ لاشعور ہی میں دب جانے کی وجہ سے شعور میں نہیں آنے پاتا اور مریض صرف اپنی علامات کے متعلق ہی آگاہ ہوتا ہے اور ان سے چھٹکارا پانا چاہتا ہے۔

اب ہم یہ معلوم کرنا چاہتے ہیں کہ احساسِ گناہ کس طریقے سے لاشعور میں دبایا جاتا ہے؟ اگر ان امراض کی نفسیاتی ساخت کا بغور مطالعہ کیا جائے تو معلوم ہوتا ہے کہ ہسٹیریا میں ایگو کا لاشعوری حصہ سپر ایگو کی نکتہ چینی اور دوسرے ناقابلِ برداشت خیالات و جذبات سے بچنے کے لیے اُن کو دبا دیتا ہے اور اس طرح ایگو بظاہر اپنے آپ کو محفوظ کر لیتا ہے۔ اس ترکیب سے ظاہر ہوتا ہے کہ مریض کا ایگو بھی احساسِ گناہ کو لاشعور میں دبائے رکھتا ہے جیسا کہ ہم جانتے ہیں کہ ایگو خیالات و جذبات کو سپر ایگو کے حکم کے مطابق ہی دباتا ہے لیکن یہاں ایگو

یہی ہتھیار اپنے ظالم، بے رحم اور سنگدل مالک کے خلاف استعمال میں لاتا ہے۔ مرضِ وہم حاوی میں ہمیشہ برعکس خیالات و جذبات کو شعور میں رکھا جاتا ہے تاکہ اُن کے ذریعے بُرے خیالات دبائے جاسکیں اور وہ شعور میں آ کر تکمیل حاصل نہ کرلیں۔ جن خیالات کی طرف احساسِ گناہ اشارہ کرتا ہے، ان کو مریض کا ایگو ہمیشہ دور رکھنے کی کوشش کرتا ہے۔ احساسِ گناہ کا بہت بڑا حصہ لاشعور میں اس لیے بھی رہتا ہے کیونکہ ضمیر کے آغاز کا تعلق 'ایڈی پس خیالات' کے ساتھ ہے، جو لاشعور کا حصہ ہوتے ہیں۔

نفسیاتی تحقیقات کے دوران میں ماہرینِ نفسیات کو اس تحقیق نے بے حد حیران کیا کہ لاشعوری احساسِ گناہ کی شدت خطرناک ذہنی امراض پیدا کرنے کے علاوہ کس طرح انسان کو مجرم بھی بنا سکتی ہے۔ کئی مجرموں کے تجزیے نے اس نظریے کو بہت تقویت پہنچائی اور اب یہ ایک ایسی حقیقت بن گیا ہے جس سے انکار نہیں کیا جا سکتا۔ کئی نوجوان مجرموں میں سخت قسم کا احساسِ گناہ دریافت کیا گیا جس کی وجہ سے وہ جرم کرنے پر مجبور ہو جاتے تھے تاکہ انھیں اپنے جرم کی سزا سے تکلیف پہنچ سکے۔ یہ احساسِ گناہ ہمیشہ جرم کرنے سے پہلے اُن میں موجود ہوتا تھا، جرم کرنے کے بعد پیدا نہیں ہوتا تھا۔ ایسے مجرمین کی ذہنی کیفیت کا تقاضا یہ ہوتا ہے کہ اس غیر شعوری احساسِ گناہ کو بیرونی دنیا میں کسی جرم کے ساتھ چسپاں کردیں تاکہ وہ اس غیر شعوری احساسِ گناہ کی تکلیف کو، جس کا کوئی سبب انھیں نظر نہیں آتا، اپنے اعمال کے مطابق حق بہ جانب ثابت کرلیں۔ اس طرح جب وہ اپنے احساسِ گناہ کو باہر کسی جرم کے ساتھ منسوب کر لیتے ہیں تو انھیں کچھ اندرونی سکون اور چین حاصل ہو جاتا ہے اور وہ اس سکون کی خاطر غیر شعوری طور پر بار بار ایسی حرکات کرتے اور سزا پاتے رہتے ہیں۔ ان ''جبری مجرموں'' کی ذہنی کیفیت سے بھی واضح ہوتا ہے کہ سپر ایگو کا، کسی قسم کا بھی واسطہ شعوری ایگو کے ساتھ نہیں ہوتا لیکن لاشعوری اڈ کے ساتھ اس کے تعلقات بہت گہرے ہوتے ہیں کیونکہ سپر ایگو کی قوت کا منبع اڈ ہی ہوتا ہے۔

اب ہمیں یہ معلوم کرنا ہے کہ سپر ایگو اپنی نکتہ چینی اور خاص طور پر احساسِ گناہ کا اظہار یوں کیسے کرتا ہے کہ ایگو کے خلاف اتنی غیر معمولی ناپسندیدگی اور سخت گیری پیدا ہو جاتی ہے اگر

مالیخولیا کے مریضوں کا بغور مطالعہ کریں تو یہ بات عیاں ہوتی ہے کہ ان کا سخت گیر سپر ایگو شعور پر قابض ہو کر اپنے ظالمانہ قہر کے ساتھ ایگو کے خلاف ایک محاذ قائم کرلیتا ہے۔ سپر ایگو کے اس رویے سے کچھ ایسا معلوم ہوتا ہے جیسے مریض کی ''جبلت تشدد'' ساری کی ساری سمٹ کر ایگو کے خلاف بھڑک اُٹھتی ہو، یا ''جبلت مرگ'' اُس کو تباہ کرنے پر اُدھار کھائے بیٹھی ہو۔ ان حالات میں زندہ رہنے کی تمنا ختم ہو جاتی ہے اور بعض اوقات مریض خودکشی بھی کرلیتا ہے۔

خاص قسم کے مرضِ وہم حاوی میں بھی ضمیر کی ملامت بہت تکلیف دہ اور عذاب جان بن جاتی ہے لیکن اس مرض میں مریض کی حالت اُتنی دگرگوں نہیں ہوتی جتنی کہ مالیخولیا میں ہو جاتی ہے۔ عجیب بات یہ ہے کہ سپر ایگو کی سخت گیری کے باوجود وہم حاوی کا مریض مالی خولیا کے مریض کے مقابلے میں اپنا کام تمام کرنے کے لیے کوئی قدم نہیں اُٹھاتا، گویا خودکشی کے خطرے سے بالکل محفوظ ہوتا ہے۔ یہاں تک کہ اپنی حفاظت ہسٹیریا کے مریض سے بھی زیادہ کرتا ہے۔ یہ بات بالکل واضح ہے کہ جو چیز اُسے بچائے رکھتی ہے۔ وہ بیرونی دنیا سے اس کی دلچسپی ہوتی ہے۔ خواہ وہ دلچسپی طفلانہ انداز ہی کی کیوں نہ ہو مثلاً خود غرض ہو جانے کی وجہ سے دوسروں کے احساسات اور جذبات کی قدر نہ کرسکنا، بات بات پر لڑنا جھگڑنا، محبت اور پیار طلب کرتے رہنا اور محرومی کو برداشت نہ کرتے ہوئے سب سے نفرت کرنا وغیرہ۔ اس طرح ذہنی تنزل کی وجہ سے محبت کا جذبہ نفرت میں بدل جاتا ہے لیکن اس بچے کی طرح صرف ان ہی چیزوں سے نفرت کی جاتی ہے جن سے محبت ہو یا رہ چکی ہو۔ یہاں پر بھی ''جبلت مرگ'' کا اظہار کافی نمایاں ہوتا ہے جس کا مقصد اس کے سوا اور کچھ نہیں ہوتا کہ جس کے ساتھ پیار ہو اُسے تباہ کر دیا جائے۔ کم از کم بظاہر معلوم ایسا ہی ہوتا ہے۔ مرضِ وہم حاوی میں ایگو تباہ کن رجحانات اختیار کرنے کی بجائے اُن کی مخالفت کرتے ہوئے متضاد قسم کی عادات پیدا کرلیتا ہے۔ مثلاً نفرت کو نمائشی محبت سے چھپائے رکھتا ہے۔ ناپاک زندگی بسر کرنے کی خواہش کو جنونی قسم کی پاکیزہ زندگی بسر کرنے کی عادت میں بدل لیتا ہے۔ اس کے علاوہ اپنی جبلی وحشیانہ خواہشات سے بچنے کے لیے کئی دوسرے طریقے سوچتا اور اُن پر عمل کرنے کی کوشش کرتا رہتا ہے۔ اس لیے بظاہر وہ بہت ہمدرد اور نیک انسان نظر آتا ہے، جو اپنی غیر شعوری ظالمانہ اور تباہ

کن خواہشات کو شعور میں آنے سے روکتا ہے۔ ان تمام کوششوں کے باوجود ایگو کے ساتھ سپر ایگو کا ظالمانہ سلوک برقرار رہتا ہے۔ سپر ایگو کا یہ رویہ ظاہر کرتا ہے کہ جیسے ایگو ہی ان تمام برائیوں کا ذمہ دار ہے جو ذہنی تنزل کی وجہ سے محبت کی جگہ لے چکی ہوں۔

اخلاقی نکتہ نظر سے جبلی یا اڈ خواہشات سراسر والہانہ اور بے قابو ہوتی ہیں لیکن ایگو حقیقت پسند ہونے کی وجہ سے پابند اخلاق بننے کی کوشش کرتا ہے اور سپر ایگو جو کہ بے حد پابند اخلاق ہو سکتا ہے۔ اتنا ہی ظالم بن جاتا ہے جتنا کہ اڈ ظالم ہو سکتا ہے۔ یہ ایک عجیب و غریب بات ہے کہ آدمی جتنا دوسرے انسانوں پر تشدد کے رجحانات کو روکتا ہے اتنا ہی اس کا ضمیر سخت گیر بن جاتا ہے لیکن عام لوگوں کے نظریے کے مطابق ضمیر کو سخت گیر ہی ہونا چاہیے، تاکہ جبلتِ تشدد کو دبانے میں مدد مل سکے۔ نفسی تحقیقات سے معلوم ہوا ہے کہ انسان کا ایگو جارحانہ جذبے کو جتنا زیادہ دبائے گا اتنا ہی اُس کے ضمیر کا رویہ ایگو کے خلاف جارحانہ ہو جائے گا۔ گویا یہ جارحانہ جذبہ پلٹ کر واپس ایگو ہی کے خلاف کام کرتا ہے۔

ایگو کو ایک خدمت گار کی حیثیت سے بھی دیکھا جا سکتا ہے۔ اس کا کام تین ظالم قسم کے آقاؤں کی خدمت کرنا ہے۔ ایک تو بیرونی دنیا کی خدمت، دوسرے اندرونی جبلی یا اڈ کی خواہشات کی خدمت اور تیسرے سپر ایگو کی خدمت اگر ایگو کسی ایک کی بھی خواہش پوری نہ کرے تو اُس کے اندر ایک خاص قسم کی بے چینی پیدا ہو جاتی ہے۔ اس طرح ایگو کے اندر تین قسم کے خوف پیدا ہو سکتے ہیں۔ ایگو کا کام ایک طرف تو اڈ کو مجبور کرنا ہے کہ وہ بیرونی دنیا کا حکم مانے۔ دوسری طرف اپنی دوڑ دھوپ سے دنیا کو منوانا کہ وہ اڈ کی خواہشات کو بھی پورا کرے اگر ایگو بیرونی خطرے کو دیکھتے ہوئے اڈ کی خواہش کو پورا نہ کر سکے تو خوف زدہ ہو کر راہِ فرار اختیار کر لیتا ہے اگر جبلی خواہشات کی شدت یا احساسِ گناہ کی وجہ سے ایگو کو بار بار راہِ فرار اختیار کرنی پڑے تو پھر اس قدیمی ردِ عمل کی بجائے ایگو حفاظتی قسم کے خوف پیدا کر لیتا ہے۔ جنھیں بے معنی خوف (Phobia) کہتے ہیں اگر ایگو اپنے سپر ایگو کو خوش رکھنے میں ناکام رہتا ہے تو ''موت کا خوف'' ستانا شروع کر دیتا ہے۔ مالیخولیا کی کیفیت میں جب ایگو محسوس کرتا ہے کہ سپر ایگو بجائے محبت کرنے کے اس سے نفرت کرتا اور اسے اذیت پہنچانے میں کوشاں

ہے۔ تو وہ اس محرومی کو برداشت نہ کرتے ہوئے مر جانا چاہتا ہے یعنی کہ ایگو کے زندہ رہنے کے لیے سپر ایگو کا پیار بہت ضروری ہو جاتا ہے۔ جیسا کہ بچپن میں والدین کی محبت اور حفاظت زندہ رہنے کے لیے ضروری ہوتی تھی۔ ان وجوہ کی بنا پر ہم کہہ سکتے ہیں کہ ''موت کا خوف'' دراصل سپر ایگو ہی کا خوف ہوتا ہے۔ جو اس شکل میں ظاہر ہوتا ہے۔ احساسِ گناہ جتنا زیادہ ہو گا، خوف اتنا ہی بڑھتا جائے گا۔

باب ہفتم

تجزیۂ نفس کے دوران میں ہم بچپن کی اُن دبی ہوئی سرگرمِ کار خواہشات کا مطالعہ کرتے ہیں جو دورِ بلوغت میں بھی اُسی طرح قائم رہنے کے باعث خیالات ہی میں تسکین حاصل کرنے کے لیے کوشاں رہتی اور ساتھ ہی ساتھ سخت قسم کی سزا کا خوف بھی پیدا کرتی رہتی ہیں۔ اس ذہنی کیفیت کو ہم نے ایگو، سپرا ایگو اور اڈ کے باہمی اور بیرونی دنیا کے ساتھ تعلقات کے ذریعے بیان کرنے کی کوشش کی ہے۔ ہم نے یہ بھی دیکھا ہے کہ اگر ایگو اور سپرا ایگو کے باہمی تعلقات اچھے ہوں، تو احساسِ گناہ پیدا نہ ہونے کی وجہ سے کسی قسم کے تکلیف دہ خیالات نہیں آنے پاتے۔ اس لیے سپرا ایگو کی موجودگی کا احساس تک نہیں ہوتا۔ اس پُر سکون ذہنی کیفیت میں آدمی خود بھی خوش رہتا ہے اور دوسروں کو بھی خوش رکھتا ہے اور زندگی بھی قابلِ قدر نظر آتی ہے اگر تعلقات خراب ہوں تو سپرا ایگو اپنی سخت گیری کے ذریعے ایک تو اپنی موجودگی کا احساس دلاتا ہے، دوسرے ایگو کے اندر احساسِ گناہ پیدا کر کے کئی طریقوں سے تکلیف پہنچاتا رہتا ہے۔

اگر ذہنی ساخت اور اُس کے نظام کا بغور مطالعہ کیا جائے تو نفسیاتی معائنے کے لیے سب سے زیادہ موزوں ایگو ہی نظر آتا ہے۔ ذہنی نظام میں ایگو کا مقام مرکزی ہونے کی وجہ سے اس کے ذریعے ہم اڈ اور سپرا ایگو کے متعلق بھی بہت کچھ جان سکتے ہیں۔ جبلی یا اڈ خواہشات کا اظہار صرف ایگو کے ذریعے ہی ہوسکتا ہے کیونکہ ان کی تسکین کے لیے ان کا شعور میں آنا اور حقیقت میں پورا ہونا ضروری ہوتا ہے اور حقیقت پسند ایگو بھی اخلاق اور معاشرتی

معیار کے مطابق اُن کو پورا کرنے کی کوشش کرتا ہے اور کامیاب ہو جانے پر تسکین اور خوشی کا باعث بنتا ہے اگر حالات موافق نہ ہوں تو اڈ خواہشات اندرونی یا بیرونی مخالفت کی وجہ سے ذہنی کشمکش کا باعث بن جاتی ہیں لیکن ایگو ان کے درمیان مصالحت کروانے کی کوشش کرتا ہے۔ اس مقصد کے لیے جبلی خواہشات کی اچھی طرح جانچ پڑتال کی جاتی ہے۔ کئی ایک کو ترمیم کر کے پورا کیا جاتا ہے جن کی ترمیم نہیں ہوسکتی یا جنھیں کسی دوسری شکل میں نہیں بدلا جاسکتا ان کو رد کر کے لاشعور میں دبا دیا جاتا ہے لیکن یہ نامنظور شدہ خواہشات پھر بھی تسکین حاصل کرنے کے لیے شعور میں آنے کی پوری کوشش کرتی رہتی ہیں۔ ایگو بھی اس خطرے سے آگاہ ہوتے ہوئے اس بات کا خاص طور پر خیال رکھتا ہے کہ یہ شعور میں نہ آنے پائیں۔ اس مقصد کے لیے ایگو ایک ہی وقت میں دو قسم کے لاشعوری طریقے عمل میں لاتا ہے تاکہ اپنا بچاؤ اچھی طرح سے کر سکے۔ ایک تو خواہش کو اصلی صورت میں نہیں دیکھا جاسکتا۔ دوسرے متضاد طاقتوں میں تصفیہ ہو جانے سے اُس کی شکل مسخ ہو جاتی ہے۔ اس لیے اسے پہچاننا ناممکن ہو جاتا ہے۔ یہ سب کچھ لاشعور میں ایسی خاموشی سے ہوتا ہے کہ نہ ایگو کے شعوری حصے کو اس کا پتہ چلنے پاتا ہے نہ دوسرے ہی اس کا کچھ اندازہ لگا سکتے ہیں۔ اس تبدیلی کا احساس صرف اُس وقت ہوتا ہے جب ہم زندگی بخش جبلی خواہشات کو اپنی توقع کے خلاف ذہن میں سرگرمِ کار نہیں پاتے مثلاً تجزیۂ نفس کے دوران میں ہم کئی نوجوان لڑکیوں کو جنسی طور پر بالکل سرد پاتے ہیں۔ وہ عموماً جنسی باتوں سے سخت نفرت کرتی ہیں اور اس قسم کے مذاق بھی برداشت نہ کرتے ہوئے تاؤ میں آجاتی ہیں۔ کئی شادی شدہ عورتوں میں بھی جنسی سردمہری و بے اعتنائی کا اظہار کافی نمایاں نظر آتا ہے۔ وہ عموماً ہم بستر ہونے کے خیال سے وحشت محسوس کرتی ہیں اور اس فعل کو گندا سمجھتے ہوئے اس سے متنفر ہو جاتی ہیں اور بعد میں ہمیشہ بدمزگی کے احساس کے علاوہ کسی نہ کسی علامت کی شکایت بھی کرتی ہیں۔ ایسی عورتیں یا تو بہت ہی مہذب اور شائستہ ہوتی ہیں یا خاوندوں سے اکثر لڑتی جھگڑتی رہتی ہیں یا بیماری کے ذریعے جو عموماً نفسیاتی قسم کی ہوتی ہے جنسی تعلقات کو ناممکن بنا دیتی ہیں۔ خاوند کو ہمیشہ مطلب پرست اور بُرا کہتی ہیں۔ وہ اس غیر فطرتی نظریے کے ماتحت مردوں کو ظالم قرار دیتی ہیں کیونکہ وہ اپنی تسکین کی خاطر بے بس

عورتوں پر ظلم ڈھاتے ہیں۔

مرضِ وہم حاوی میں مریض کا ایگو جنسی خواہش کو بُرا سمجھتے ہوئے اور اس سے اپنے بچاؤ کے لیے شعور میں بالکل متضاد خیالات و جذبات پیدا کر کے ایک مستقل قسم کا محاذ بنا لیتا ہے۔ جب کوئی اس ردِ عمل کو مجنونانہ طور سے دہرائے جبھی احساس ہوتا ہے کہ یہ خلافِ معمول ہے، لیکن مریض نہ ایسی صورت کو بدل سکتا ہے نہ سمجھ سکتا ہے، صرف نفسیاتی تحقیقات کے ذریعے تہ میں کسی قابلِ اعتراض جذبے کی موجودگی کا پتہ چلتا ہے جس کو مریض کا ایگو فطرتی سمجھنے اور قبول کرنے سے ڈرتا ہے اور اُس کو دبائے رکھنے کی غرض سے بالکل برعکس خیالات و جذبات شعور پر مسلط رکھتا ہے۔ لاشعوری جذبہ جتنا زور پکڑے شعور میں وہی ردِ عمل اتنی ہی شدت اختیار کر لیتا ہے اور مریض باوجود سخت تکلیف اُٹھانے کے، اسے پورا کرنے میں مصروف رہتا ہے۔

تجزیۂ نفس سے پہلے ہپنوسز کے طریق علاج میں عامل کا مقصد صرف اتنا ہوتا تھا کہ معمول کے لاشعور سے مرض کے اسباب معلوم کر کے اسے بتا دے۔ اس مقصد کو پورا کرنے کے لیے عامل معمول کے ایگو کو ایک رکاوٹ پیدا کرنے والا عنصر سمجھتے ہوئے ہپنوسز (تنویم) کے ذریعے اسے سلا دیتے تھے۔ اس طریقے سے جب لاشعوری خیالات کو زبردستی شعور میں لایا جاتا تو تندرست ہونے کے اس طریقے میں ایگو کا مطلق تعلق نہ تھا۔ اس لیے عامل کے نظریات کو معمول کا ایگو صرف اُتنی ہی دیر قبول کیے رکھتا جتنی دیر عامل اُس کا ساتھ دیتا لیکن کچھ عرصہ بعد جب عامل کا اثر کچھ کم ہونے لگتا تو معمول کا ایگو پھر اپنے آپ کو ان لاشعوری جذبات سے بچانے کے لیے لاشعوری طریقے استعمال کرتا، جن سے پھر وہی یا نئی علاماتِ مرض پیدا ہو جاتیں۔ یوں ہپنوسز کی ضرورت بار بار محسوس ہوتی رہتی اور عامل کا سہارا لینے کی ایک مستقل سی عادت پڑ جاتی یا اُس کی باتوں کا کوئی اثر ہی نہ ہوتا۔ آخرکار یہ طریقۂ علاج بے کار ثابت ہوتا اور مریض کی حالت پہلے سے بھی زیادہ خراب ہو جاتی تھی لیکن تجزیۂ نفس کے طریق علاج میں ایگو کا تجزیہ کر کے کچھ ایسی تبدیلیاں پیدا کی جاتی ہیں جن سے وہ زیادہ حقیقت پسند اور طاقت ور ہو جاتا ہے، چنانچہ ذہنی نظام کو زیادہ خوش اسلوبی سے ٹھیک رکھ سکتا ہے لیکن

ایسی اہم تبدیلی پیدا کرنے کے لیے ضروری ہے کہ ایگو کے اُن لاشعوری طریقوں کا مطالعہ کیا جائے جو متضاد طاقتوں میں تصفیہ کرانے کے لیے پہلے علاماتِ مرض پیدا کرتے ہیں اور پھر اس تصفیے کو بحال رکھنے کے لیے تندرست ہونے کی خواہش میں مزاحم ہوتے ہیں۔ جس کی وجہ سے مریض اپنی علامات کو آسانی سے ترک نہیں کر سکتا ہے بلکہ تجزیہ کار کی ہر کوشش کو رائیگاں بنانے کی کوشش کرتا رہتا ہے۔

جبلی خواہشات جب اپنی قدیمی اور غیر مہذب شکل میں تسکین حاصل کرنے کے لیے شعور میں آنا چاہتی ہیں تو لاشعوری ایگو ان کے خطرناک نتائج سے بچنے کے لیے کئی طریقوں سے اُن کو روکتا ہے۔ اس کے علاوہ اس روک کو تجزیۂ نفس کے دوران میں بھی بہت واضح طور پر محسوس کیا جاتا ہے، اس لیے تجزیہ کار کا کام یہ ہے کہ پہلے تو ایگو کے ان مختلف غیر شعوری طریقوں کو معلوم کرے جنھیں وہ اڈ خواہشات کے خوف سے اپنے بچاؤ کے لیے استعمال کرتا ہے اور پھر انھیں رفع کرے تا کہ جبلی خواہشات کا اظہار شعور میں ہو سکے اور ایگو حقیقت میں مناسب حالات پیدا کر کے ان کی تسکین کر سکے۔

علاماتِ مرض کی نوعیت پر غور کرنے سے یہ بھی واضح ہوتا ہے کہ مختلف امراض ایگو کے مختلف طریقے پیدا کرتے ہیں، مثلاً ہسٹریا میں اڈ خواہشات کو سختی کے ساتھ دبایا جاتا ہے، تا کہ اُن کا خیال تک شعور میں نہ آنے پائے۔ چنانچہ ''لاشعوری دباؤ'' زیادہ ہونے کی وجہ سے ان خیالات کو یاد کرنا بہت مشکل ہو جاتا ہے۔ اس کے مقابلے میں وہم حاوی کے مریض میں دباؤ زیادہ نہیں ہوتا، بلکہ جذبے کو اُس کے خیال سے جدا کر کے شعور میں متضاد قسم کے یا کسی دوسرے خیال کے ساتھ چسپاں کر دیا جاتا ہے۔ جس کی وجہ سے یہ متبادل خیال مریض کے ذہن میں سرگرم رہتا ہے اور وہ اُسی کو صحیح سمجھتے ہوئے لوگوں کو قائل کرنے کی کوشش کرتا رہتا ہے۔ اس لیے مرضِ وہم حاوی کے مریض دوران علاج میں خاموش نہیں رہتے بلکہ خوب باتیں کرتے ہیں اور اُن کے تلازمِ افکار بھی اُن کی علامات کی طرح بظاہر بالکل بے معنی معلوم ہوتے ہیں کیونکہ اصلی خیال تو لاشعور میں دبا ہوا ہوتا ہے۔ مثلاً لاشعوری غصہ خوف و ہراس کی شکل میں محسوس ہوتا ہے جیسے کئی مریض دل کی حرکت بند ہونے یا پاگل ہو جانے یا موت اور

بیماری کے خوف سے پریشان رہتے ہیں یا اندرونی خوف و ہراس کو شعوری غصے میں ظاہر کر کے لڑتے جھگڑتے اور یوں اس خوف پر غالب آنے کی کوشش جنونی طور پر کرتے رہتے ہیں۔

مریض کا ایگو اپنے آپ کو ان قدیمی و غیر مہذب جبلی اظہار کے خوفناک نتائج سے بچانے کے لیے، جو طریقے اختیار کرتا ہے اُن میں سے مندرجہ ذیل قابلِ ذکر ہیں۔

1- ذہنی تنزل کی وجہ سے بچوں جیسی حرکات کرنا (Regression)۔
2- خیالات و جذبات کو دبانا (Repression)۔
3- متضاد قسم کے خیالات و جذبات کو ذہن میں مجبوراً رکھنا (Reaction-Formation)۔
4- جذبات کو اُن کے متعلقہ خیالات سے جدا کرنا (Isolation)۔
5- اپنے اندرونی جذبات و خیالات کو بیرونی چیزوں کے ساتھ وابستہ کرتے ہوئے سمجھنا کہ یہ اُن کے اپنے نہیں بلکہ دوسروں کے ہیں (Projection)۔
6- پہلے خیال کو کسی دوسرے خیال سے منسوخ کرنا (Undoing)۔
7- اپنے آپ کو دوسروں کے ساتھ ایک سمجھنا (Identification)۔
8- اپنا دشمن آپ ہونا (Tuming against the Self)۔
9- ہر بات کو اُلٹ کر دینا (Reversal)۔
10- جبلت کا ترفع (Sublimation)۔

ان دس غیر شعوری طریقوں سے ایگو اپنے آپ کو اڈ کی غیر مہذب اور قدیمی خواہشات سے بچاتا ہے۔

تجزیہ کار کا کام یہ ہے کہ ایگو کے بچاؤ کے ان طریقوں کو مریض کے لاشعور میں سے دریافت کرے اور یہ بھی معلوم کرے کہ علاماتِ مرض پیدا کرنے میں یہ کس حد تک کامیاب ہوئے ہیں۔ پھر ایگو میں ایسی قوت پیدا کرے کہ وہ ان طریقوں کو ترک کر کے حقیقت پسندانہ رویہ اختیار کر سکے اور زندگی کو اپنی عمر کے مطابق سمجھتے ہوئے موزوں طریقے استعمال میں لا کر اپنی ضروریات کو پورا کرے تاکہ اُسے تسکین اور خوشی حاصل ہو۔

ہماری وہم حاوی کی مریضہ، جسے مجاہد بننے کا بہت شوق تھا۔ بچپن ہی سے اپنے بھائیوں

سے حسد رکھتی اور ہر بات میں اپنا ان سے مقابلہ کرتی تھی۔ اس حسد کے ماتحت جب اُس نے پڑھائی میں بھائیوں سے سبقت لے جانے کی کوشش کی تو پڑھائی بھی جنون کے جال میں پھنس گئی اور بار بار فیل ہونے کی وجہ سے دل شکستہ ہو کر اسے پڑھنا بھی چھوڑنا پڑا۔ اُس کی والدہ بھی اپنے غلط رویے سے اُس کے اندر یہ کہہ کر جنسی کمتری پیدا کرتی رہی کہ تم لڑکی ہو۔ اُس کی نقل و حرکت پر بھی کئی قسم کی پابندیاں عائد کی جاتیں، جن سے چڑ کر وہ اپنے بھائیوں کو اور بھی بُرا سمجھتی، ان سے حسد کرتی اور اپنی والدہ سے غیر شعوری طور پر اس لیے متنفر رہتی کہ اس نے مجھے لڑکی اور بھائیوں کو لڑکا بنا دیا اگر کسی وقت اس نفرت کا اظہار ہو جاتا تو والدہ بہت بے دردی کے ساتھ اسے پیٹتی اور کئی دفعہ سزا کے طور پر گھر کا کام صرف اُسے ہی کرنا پڑتا۔ انکار کرنے پر سخت کلامی کے علاوہ جسمانی سزا بھی دی جاتی۔ بعض اوقات اس سے بھی مطمئن نہ ہوتی تو روٹھ کر بات چیت بند کر دیتی یا والدہ کے اس رویے سے مریضہ سخت گھبراتی اور اس سے معافی مانگتی اگر وہ گھر چھوڑ کر چلی جاتی تو سخت بے تابی کے ساتھ اس کی واپسی کا انتظار کرتی، کبھی خود جا کر مناتی اور آئندہ ہمیشہ فرماں بردار رہنے کا وعدہ کرتی تھی۔ اس کی تہ میں یہ مذہبی نظریہ ہوتا تھا کہ ”ماں کے پاؤں تلے جنت ہے۔“ اور یہ اُس کا ایمان بن چکا تھا۔ اس لیے والدہ کی ناراضگی کو گناہ کبیرہ سمجھتی ہوئی سخت احساسِ گناہ محسوس کرتی اور ہر وقت اس خوف میں مبتلا رہتی کہ میں کہیں والدہ کو ناراض نہ کر بیٹھوں، لیکن جب بھی اُسے والدہ سے نفرت اور اُس سے بدلہ لینے کا خیال ستاتا تو اپنے آپ پر سخت نکتہ چینی کر کے اس جذبے کو دبا دیتی اور جنونی طور پر اپنے آپ کو سب سے اچھا ثابت کرنے کی کوشش کرتی رہتی۔ اُس کی بیماری جوں جوں بڑھتی گئی۔

اُس نے اپنی والدہ کو تو اچھا کہنا شروع کر دیا لیکن دوسری رشتہ دار عورتوں سے سخت نفرت کرنے لگی۔ اس نفرت کی وجہ سے انتقام کا خوف اُس کے اعصاب پر سوار ہو جاتا اور اس قسم کے توہمات ستانا شروع کر دیتے کہ سب میرے خلاف باتیں کرتے ہیں اور مجھے بُرا اور بدمعاش سمجھتے ہیں وغیرہ وغیرہ۔ چنانچہ جب والدہ سے نفرت کے جذبے کو دوسروں پر اس طرح چسپاں کرنے سے بھی مسئلہ حل نہ ہو سکا تو پھر وہ اپنے آپ سے بھی نفرت کرنے لگی۔ اب وہ اپنے آپ کو بہت بڑا گناہ گار سمجھتی اور اپنے آپ کو دوسروں کے ساتھ غیر شعوری طور پر ایک سمجھتے

ہوئے ان کی غلطیوں، گناہوں اور تکلیفوں کا موجب بھی خود ہی کو قرار دیتی تھی اور چاہتی کہ دوسروں کی اصلاح کر کے اپنی اصلاح کرے۔ چنانچہ بڑی گرم جوشی کے ساتھ مذہبی مسائل پر بحث و مباحثہ کرتی اور نیک زندگی بسر کرنے اور مجاہد بننے کی تبلیغ کرنے میں مجنونانہ مصروف رہتی لیکن باوجود اس کے وہ غیر شعوری طور پر کوئی نہ کوئی ایسی حرکت ضرور کرتی جس سے اُس کی ذہنی کشمکش بڑھتی اور سخت تکلیف کا باعث بن جاتی تھی۔ اس طرح تکلیفیں اُٹھانا بھی اُس کا شیوہ بن گیا تھا لیکن ذہنی سکون پھر بھی اُسے میسر نہ آ سکا۔ اب اس کا ایگو ایک اور طریقہ استعمال میں لایا جس کے باعث اُس نے یہ سمجھنا شروع کر دیا کہ لوگ میرے دشمن ہیں اور بلاوجہ مجھ سے نفرت کرتے ہیں۔ اس لیے وہ ان کو بُرا سمجھتی اور اپنی نفرت کو صحیح ثابت کرنے کی کوشش کرتی رہتی تھی لیکن یہ سب لاشعوری طریقے اُس کی تکلیف کو دور کرنے کی بجائے، دن بدن بڑھا رہے تھے۔ جب بھی اُسے اپنی نفرت یا رقابت یا بدگمانی کا احساس شروع ہوتا تو وہ فوراً ہی اس سے بچاؤ کے لیے بالکل برعکس خیالات و جذبات پیدا کر کے اُن کو دبا دیتی لیکن اُس کی جذباتی کشمکش کسی طرح ختم نہ ہوتی تھی۔ وہ نفرت آمیز خیالات کی بجائے پیاری بھرے متبادل خیالات ہر وقت ذہن میں رکھ کر یہ ثابت کرنے کی کوشش کرتی رہتی کہ اُسے اپنے والدین اور بہن بھائیوں کے ساتھ بے حد اُلفت ہے، چنانچہ اُن کے لیے جان تک قربان کرنے کو تیار ہو جاتی تھی لیکن جب ان عزیزوں کے متعلق اچانک سخت نفرت کا جذبہ محسوس کرتی اور اُن کی موت کا خیال جنونی طور پر پریشان کرتا تو اپنے آپ کو بہت حقیر و ذلیل سمجھتی اور اپنے آپ سے سخت بدظن ہو جاتی تھی۔ اس طرح نفرت و تشدد کے جذبے کو اپنے اوپر ہی نکال کر غیر شعوری طور پر وہ اپنے آپ کو ویسے ہی تکلیف پہنچاتی جیسے والدہ اُسے پہنچایا کرتی تھی۔ یہ تینوں لاشعوری طریقے بھی اُس کے ایگو کو اس دائمی بے چینی اور چوکس رہنے کی حالت سے نہ بچا سکے اور نہ ہی ''مجاہد اور سچا مسلمان'' بننے کا مبالغہ آمیز تقاضا اور اس وجہ سے سخت قسم کی روحانی تکلیف اُس کے ذہن میں کچھ سکون پیدا کر سکی۔

ہسٹیریا کا مریض والدین کے ساتھ نفرت کے مسئلے کو لاشعور میں دبا کر حل کرنا چاہتا ہے اور جب بھی لاشعوری نفرت شعور میں داخل ہونے کی کوشش کرتی ہے تو وہ اُسے فوراً بڑی سختی

کے ساتھ دبا دیتا ہے لیکن یہ جذباتی لہر بجائے دبنے کے کسی نہ کسی جسمانی بیماری کی شکل میں نمودار ہو جاتی ہے مثلاً دائمی پیچش، پیٹ کا پھوڑا، ضعف معدہ، قے آنا، آنکھوں یا کانوں کا درد، جسم میں تھکان محسوس کرنا وغیرہ وغیرہ۔ اس کے علاوہ کوئی دوسری جسمانی بیماریاں مثلاً بواسیر، تپ دق، فالج، اعصابی درد، اعصابی کمزوری اور جنسی بیماریاں وغیرہ بھی بعض اوقات نفسیاتی اسباب کی وجہ سے پیدا ہو جاتی ہیں لیکن مریض بہ ذاتِ خود ان کی اہمیت کو نہیں سمجھ سکتا اور ڈاکٹر بھی ان کو طبعی ہی سمجھتے ہوئے برسوں علاج کرتے رہتے ہیں۔ بعض اوقات یہ دبے ہوئے خوف بعض بیرونی چیزوں یا جگہوں سے وابستہ کر دیے جاتے ہیں اور مریض پھر ان ہی سے ڈرنا شروع کر دیتا ہے اور اس ''بے معنی خوف'' (Phobias) ہی کو اصلی اور اپنی تکلیف کا موجب سمجھتے ہوئے اُن چیزوں سے دور بھاگتا ہے اور جب تک ایسی حالت پیدا نہیں ہوتی، بالکل ٹھیک رہتا ہے لیکن اس حالت کے تصور سے خوف زدہ ضرور ہوتا ہے۔ یہ بھی ایگو کا ایک طریقہ ہے، جس کے ذریعے وہ جذبات کو اُبھرنے سے روکتا ہے اور مریض میں اس خیال سے کہ کوئی ایسی خطرناک چیز اس کے اندر نہیں بلکہ باہر ہے اور وہ اُس سے بچ سکتا ہے، کچھ سکون پیدا کر دیتا ہے۔

مرض وہم حاوی میں مریض کا ایگو قابلِ اعتراض جذبات سے بچنے کے لیے بالکل متضاد قسم کی عادات پیدا کر لیتا ہے۔ ایک بچے نے اپنی والدہ کے لیے ''موت کی خواہش'' کو متضاد قسم کے خیالات پیدا کر کے جب دبایا تو والدہ کے لیے اُس کے دل میں محبت اور پیار کا جذبہ بہت زیادہ پیدا ہو گیا۔ وہ والدہ کی خیر و عافیت اور سلامتی کے لیے اس قدر فکرمند رہتا کہ ہر وقت اُس کے ساتھ چمٹا رہتا اور اُسے کہیں جانے نہ دیتا تھا۔ جس کی وجہ سے اُس کی والدہ سخت پریشان رہتی۔ اسی طرح حسد اور رشک کے جذبات بھی بالکل برعکس قسم کی مجنونانہ انداز کے بے غرض محبت اور خدمت خلق کے جذبے کے ذریعے دبائے جاتے ہیں۔ ہماری وہم حاوی کی مریضہ بھی خائف رہتی تھی کہ اپنے عزیزوں کے خلاف جارحانہ جذبات بے اختیار نہ پھوٹ پڑیں۔ چنانچہ اس خوف سے بچنے کے لیے رسوم پرستی اور دوسرے تدارکی طریقوں کو استعمال میں لا کر اُن کی خیر و عافیت اور سلامتی کی دعائیں مجنونانہ طور سے مانگتی رہتی تھی اور اپنے

مبالغہ آمیز اخلاقی معیار کے مطابق اپنے جنسی جذبے کے اظہار کو بھی روکتی اور دوسروں پر ہمیشہ یہ ظاہر کرتی کہ وہ بالکل ''بے جنس'' اور بہت ہی نیک لڑکی ہے۔ چنانچہ برے خیالات و جذبات اُس کے اندر پیدا ہی نہیں ہو سکتے اگر کوئی اُس سے شادی کی بات کرتا تو سخت طیش میں آ جاتی جیسے اُس کی بے عزتی و بے حرمتی کر دی گئی ہو۔ اس طور سے یہ بے کس مریضہ اپنے آپ کو جنسی جذبات سے بالکل پاک صاف ظاہر کرنے کے لیے جنون میں پھنس گئی۔

جو بچے خوف کے مارے اپنی جبلی خواہشات کو غیر شعوری طریقوں سے دبا دیتے ہیں وہ وقت گزرنے پر جسمانی طور سے تو پرورش پا کر بڑے ہو جاتے ہیں لیکن جبلت کی نفسیاتی نشو و نما اُسی منزل پر رُک جاتی ہے، جہاں اُسے دبایا گیا تھا اس لیے وہ ان پر قابو پانا نہیں سیکھ سکتے۔ جس کی وجہ سے آئندہ زندگی میں یہ جبلتیں جب بھی بیدار ہوتی ہیں تو وہ تسکین حاصل کرنے کے لیے بہت قدیمی طفلانہ اور غیر مہذب شکل میں شعور میں آتی ہیں چونکہ وہ اخلاقی معیار سے گری ہوئی ہوتی ہیں، اس لیے مریض بجائے قبول کرنے کے خوف زدہ ہو کر پھر انھیں دبا دیتا ہے۔ ہماری وہم حاوی کی مریضہ کا رویہ اپنے والدین اور بھائیوں کے ساتھ عہد طفلی کے تعلقات پر ہی مبنی تھا اور اپنی جنس کے متعلق بھی بچپن کا رویہ لاشعور میں دب گیا اور نفسیاتی نشو و نما میں شرکت نہ کرنے کی وجہ سے زمانۂ حال کے مطابق صحیح طور سے پختگی نہ پا سکا تھا۔ اس لیے اس نے اپنی بچپن کی شکل کو برقرار رکھا تھا۔ جب بھی اُسے جبلی جوش آتا، تو وہ ڈر کے مارے اُس کے جذبے کو شعور میں کسی دوسرے متبادل خیال کے ساتھ چسپاں کر دیتی اور اُس کو جنونی طور پر دہراتی رہتی تھی۔ ان عوضی خیالات کو ذہن میں برقرار رکھنے سے بہت سی ذہنی قوت ضائع ہوتی، بقایا قوت اتنی زیادہ نہ ہوتی کہ دوسرے ضروری کاموں میں پوری دلچسپی لی جا سکتی۔ چنانچہ یہ مریضہ دل لگا کر پڑھ لکھ نہ سکتی تھی۔ خیالات منتشر رہنے کی وجہ سے ہر کام میں بہت زیادہ کوشش کرنی پڑتی تھی۔ ذہنی کشمکش کو اس طرح حل کرنے سے مریض کا ایگو بظاہر تو پُر سکون ہو جاتا، لیکن علامات کی تکلیف کو برابر برداشت کرتا رہتا ہے۔ اس طرح یہ لاشعوری طریق علاج بہت مہنگا اور خطرناک ثابت ہوتا ہے کیونکہ اس طرح شخصیت کی سالمیت ہمیشہ کے لیے تباہ ہو جاتی ہے۔

مریض کا ایگو ''لاشعوری دباؤ'' کا طریقہ زیادہ تر جنسی خواہشات کو دبانے کے لیے منتخب کرتا ہے۔ دوسرے لاشعوری طریقے جارحانہ جذبات کے خلاف استعمال کیے جاتے ہیں یا اُن ممنوع خیالات کو شعور میں آنے سے روکنے کے لیے ایسے وقت استعمال ہوتے ہیں جب ''دباؤ'' کارگر نہیں ہوتا۔ چھوٹی عمر میں جب کہ ایگو زیادہ طاقتور نہیں ہوتا بچہ اپنی جبلی سرگرمی کو برداشت نہ کرتے ہوئے اپنی عمر کے مطابق ان کو استعمال کرتا ہے تاکہ اپنی جبلی خواہشات پر قابو پا سکے۔

اب ہم نے واضح طور پر دیکھ لیا کہ ذہنی امراض کے اسباب ہمیشہ ایگو کے وہ مختلف طریقے ہوتے ہیں جنھیں وہ اپنے بچاؤ کے لیے بے لگام اڈ خواہشات کے خلاف استعمال کرتا ہے۔ اب صورتحال یہ ہے کہ جبلی خواہشات جب شعور میں داخل ہونا چاہتی ہیں کہ ایگو کی مدد سے تسکین حاصل کر سکیں اور ایگو کو اس پر کوئی اعتراض بھی نہیں ہوتا، تو سپر ایگو اس کی مخالفت کرتا ہے۔ اس لیے ایگو ذہن کے اس اعلیٰ خصوصیات رکھنے والے حصے کی اطاعت قبول کر کے بہت انکسار کے ساتھ اس کے حکم کی تعمیل کرتے ہوئے اُلٹا جبلی خواہشات کو برا کہتے ہوئے، ان پر غالب آنے کی جدوجہد شروع کر دیتا ہے۔ پھر اس فرماں برداری کے جو نتائج نکلتے ہیں، ان کو برداشت کرتا ہے۔ اس طریقۂ عمل کا امتیازی نقطہ یہ ہے کہ ایگو بذاتِ خود اس جذبے کو، جس کے خلاف اتنی گرمجوشی کے ساتھ لڑتا ہے، خطرناک نہیں سمجھتا۔ ایگو کی مخالفت کا یہ جذبہ ذاتی طور پر اس کا اپنا نہیں ہوتا بلکہ جبلی خواہش کو خطرناک اس لیے سمجھا جاتا ہے کیونکہ سپر ایگو اس کی تسکین کی اجازت نہیں دیتا اگر جبلت کا مقصد پورا ہو جائے تو یقیناً ایگو اور سپر ایگو کے درمیان کشمکش شروع ہو جائے گی۔ اس لیے ایک بالغ ذہنی مریض کا ایگو اپنے سپر ایگو کے خوف سے اپنی جبلی خواہشات ہی سے ڈرنا شروع کر دیتا ہے اور خوف کے مارے اپنے بچاؤ کے لیے، وہ یہ سب لاشعوری طریقے استعمال کرتا ہے۔ اس نقطۂ نظر سے سپر ایگو ایک بہت بڑی طاقت ہے جو ہر قسم کے ذہنی امراض پیدا کر سکتی ہے۔ یہ وہ فتنہ پرداز طاقت ہے جو ایگو کو اپنی جبلتوں کے ساتھ دوستانہ اعتماد پیدا کرنے سے روکتی ہے۔ عموماً بہت بلند اخلاقی یا کوئی دوسرا معیار قائم کر کے جبلی خواہشات اور خاص طور پر جنسی جذبے کو بہ لحاظ اس معیار کے ممنوع قرار دیتی ہے۔ اسی

طرح جبلتِ تشدد یا جارحانہ جذبے کو دشمن تمدن و معاشرت سمجھتے ہوئے ان بلند پایہ اصولوں کا مخالف ثابت کیا جاتا ہے۔ یہ تو ہم جانتے ہی ہیں کہ کسی قدر نفس کشی اور جارحانہ جذبے پر بندش کا مطالبہ ذہنی صحت کے لیے بہت ضروری ہے لیکن اس کا بالکل ہی دبا دینا ضرررساں ثابت ہوتا ہے۔ اس طرح ایگو اپنی خود مختاری بالکل کھو بیٹھتا ہے اور اس کی حیثیت پست ہو کر محض سپر ایگو کی خواہشات کو پورا کرنے کا ایک ذریعہ بن جاتی ہے۔ نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ ایگو اپنی جبلی خواہشات ہی کا دشمن بن جاتا ہے۔ اس لیے زندگی سے لطف اندوز ہونے اور خوش رہنے کے ناقابل ہو جاتا ہے۔ ان حالات میں تجزیہ کار کا کام یہ ہوتا ہے کہ سپر ایگو کی طاقت کو کم کرے اور ایگو کو اس کی سخت گیری سے نجات دلائے اور اس کو زیادہ حقیقت پسند بنائے تاکہ وہ بلاوجہ ایگو کو تنگ نہ کر سکے اور ایگو آزادی کے ساتھ جبلی خواہشات کی تسکین کے لیے حقیقت میں ذرائع ڈھونڈ سکے۔

جیسا کہ ہم نے دیکھا ہے کہ بالغ ذہنی مریض کا کمزور ایگو اپنی جنسی اور تشدد پسندانہ خواہشات سے بچنے کی کوشش، اس لیے کرتا ہے کہ سپر ایگو کے ساتھ کسی قسم کا تصادم نہ ہو۔ اسی طرح بچے بھی اپنی جبلی خواہشات کو دباتے ہیں تاکہ والدین کے احکام کی خلاف ورزی نہ کر سکیں۔ بالغ مریض کی طرح بچے کا ایگو بھی اپنی خواہشات کی مخالفت اپنی مرضی کے خلاف ہی کرتا ہے اور ان کو خطرناک بھی اس لیے ہی سمجھتا ہے کیونکہ جو لوگ اس کی نگہداشت کرتے تھے انہوں نے جبلی خواہشات کی تسکین کو برا سمجھتے ہوئے ممنوع قرار دے دیا تھا۔ چنانچہ جبلی جذبے کا احساس ہی ممانعت یا سزا کی دھمکی عائد کر دیتا ہے۔ بالغ نفسیاتی مریض میں سپر ایگو کا خوف بالکل وہی اثرات پیدا کرتا ہے جو بچے میں جنسی خیالات پیدا ہونے پر ہجڑا بتائے جانے کا خوف۔ وہ اپنی جنسی جبلت سے ڈرتا ہے کیونکہ بیرونی دنیا میں اس کے تکلیف دہ نتائج کو برداشت نہیں کر سکتا۔ اس لیے اس کے حفاظتی طریقے بھی بطور پیش بندی بیرونی دنیا کے خلاف ہی ہوتے ہیں۔ اب معیاری یا فیصلہ کن نقطہ یہ ہے کہ خوف بیرونی ہو یا اندرونی، صرف خوف کا جذبہ ہی ایگو کو مختلف لاشعوری حفاظتی طریقے استعمال کرنے پر مجبور کر دیتا ہے اور علاماتِ مرض جن کا احساس شعور میں ہوتا ہے، اسی عمل کا آخری نتیجہ ہوتی ہیں۔ جبلی خواہشات کے خلاف یہ

غیر شعوری حفاظتی طریقے صرف اس وقت استعمال میں لائے جاتے ہیں، جب اُن کی طاقت اچانک خود بخود زیادہ بڑھ جانے کی وجہ سے ذہنی توازن کے بگڑ جانے کا خدشہ پیدا کر دے۔ جیسا کہ عام طور پر سنِ بلوغ اور عورتوں میں ادھیڑ عمر کے "دورِ زوال جنسی" میں جسمانی تبدیلی رونما ہونے سے ہو جاتا ہے۔ دوسرے سپر ایگو کی سخت گیری اور تیسرے بیرونی خطرہ جس میں زندگی یا جسم کے کسی اہم حصے کو نقصان پہنچنے کا اندیشہ ہو۔ ان بہت اہم تین وجوہ کے علاوہ شخصیت میں متضاد قسم کے رجحانات کی موجودگی سے مثلاً مردوں میں نسوانیت اور عورتوں میں مردپن یا ہم جنس میں دلچسپی، ذہنی کشمکش کا باعث بن جاتی ہے۔ ان متضاد جذبات میں سے کس کو دبایا یا اپنایا جائے یا کسی قسم کا تصفیہ ہو، یہ سب اس جذبے کی طاقت پر منحصر ہوتا ہے اگر اس کی طاقت معمولی ہے تو اسے دبایا جاتا ہے یا پاکیزہ شکل دے دی جاتی ہے اگر کسی مرد میں نسوانیت زیادہ ہے تو ظاہر ہے کہ یہ خصوصیت اُس کے اندر کشمکش کا باعث بنے گی۔ اسی طرح عورتوں میں مردپن کا زیادہ ہونا اُن کو ناخوش رکھتا ہے اور وہ ہر وقت لڑنے مرنے پر تلی رہتی ہیں۔ وہ ہر بات پر مردوں کا مقابلہ کرتیں اور ان کو نیچا دکھانے کی فکر میں رہتی ہیں اگر اس قسم کی بیوی کا کوئی بس نہ چلے تو عموماً بیمار رہے گی اور اس طرح اپنی بیماری کے ذریعے خاوند کو پریشان رکھے گی۔

باب ہشتم

تشخیص کے دوران میں ایسے نفسیاتی امراض بھی متحقق ہوئے ہیں جن میں کسی عضو میں کوئی غیر معمولی تبدیلی یا خرابی پیدا نہیں ہوتی بلکہ ذہنی طرزِ عمل میں بے ترتیبی واقع ہو جانے سے ذہنی نظام کسی مخصوص عضو کے متعلق اپنے فرائض صحیح طور پر انجام نہیں دے سکتا، اس لیے عضو متعلقہ متاثر ہوتا ہے مثلاً کسی معمولی ذہنی یا جسمانی عمل کا رُک جانا یا اُس پر کوئی پابندی لگ جانا یا کسی قسم کی ''نفسیاتی رکاوٹ'' (Inhibition) محسوس ہونا وغیرہ۔ ایسی صورتوں کی کوئی اعصابی وجہ نہیں ہوتی بلکہ نفسیاتی طور پر عضو کے عمل میں کمی پیدا ہو جاتی ہے۔

''علاماتِ مرض'' (Symptoms) ''نفسیاتی رکاوٹ'' (Inhibition) کی نسبت اس لحاظ سے مختلف ہوتی ہے کہ ان کے پیدا ہو جانے سے عضو میں غیر معمولی تبدیلی آ جاتی ہے یا کوئی بالکل نئی کیفیت پیدا ہو جاتی ہے۔ چونکہ ''نفسیاتی رکاوٹ'' کا تصور کسی عضو کے طرزِ عمل کے ساتھ وابستہ ہے، اس لیے اب ہم ایگو کے مختلف ''طریق عمل'' کا معائنہ کرتے ہیں تاکہ معلوم کر سکیں کہ کسی عمل کی بے ترتیبی کن مختلف شکلوں میں ذہنی امراض پیدا کر سکتی ہے۔ اس نقطۂ نظر سے پہلے ہم جبلت جنس کے اظہار اور اس کے طرزِ عمل کا مطالعہ کرتے ہیں۔

نفسیاتی تحقیقات سے واضح ہوا ہے کہ ''جبلت نفس'' بہت نازک اور تیز حس ہے۔ چنانچہ اس میں خیال آ جانے کے امکانات زیادہ تر ''نفسیاتی رکاوٹ'' کی خاصیت رکھتے ہیں۔ اس سلسلے میں کئی مردانہ کمزوریوں کا ذکر کیا جا سکتا ہے جو کسی قسم کے جسمانی نقص کے بغیر محض ''نفسیاتی رکاوٹ'' کے باعث پیدا ہو جاتی ہیں مثلاً جنسی قوت کا عین وقت پر غائب ہو جانا اور باوجود شدید خواہش کے، اپنے آپ کو بالکل بے بس محسوس کرنا یا فی الفور انزال ہو جانا وغیرہ

وغیرہ۔ خوف سے کچھ عموماً اسی قسم کی محرومی کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔ اس لیے ''نفسیاتی رکاوٹ'' اور ''خوف'' کا باہمی بہت گہرا تعلق واضح طور پر ظاہر ہوتا ہے۔ بہت سی نفسیاتی رکاوٹیں محض اس لیے پیدا ہو جاتی ہیں کہ ان کے عمل کے ساتھ خوف پیدا ہوتا ہے مثلاً بہت سی عورتیں جنسی تعلق سے شدید طور پر خوف زدہ ہوتی ہیں۔ اس قسم کے خوف کو بھی اسی طرح ہسٹیریا کی علامت سمجھا جاتا ہے جیسے جنسی تعلق سے بدمزگی اور نفرت کے جذبے کو سمجھا جاتا ہے۔

بہت سی جنونی حرکات بھی جنسی تعلقات پیدا کرنے کے خلاف بطور حفاظت و پیش بندی سرزد ہوتی ہیں اور بعد میں ''بے معنی خوف'' (Phobia) کی شکل اختیار کر جاتی ہیں۔ اسی طرح بعض اوقات کھانے میں دلچسپی نہ ہونے سے بھوک بند ہو جاتی ہے یا فاقہ کشی کے خوف سے زیادہ کھا لیا جاتا ہے۔ قے کرنا بھی کھانے کے خوف، ایک حفاظتی طریقہ اور ہسٹیریا کی علامت ہے۔ کئی مریضوں میں چلنے پھرنے کی خواہش نہیں رہتی۔ وہ تھوڑا سا ہی چلنے سے تھک جاتے ہیں۔ ایک تیس سالہ نوجوان مریض جو ہر وقت کچھ نہ کچھ کھاتا رہتا تھا اُسے اگر وقت مقررہ پر کھانے کو کچھ نہ ملتا تو اپنی ماں سے بالکل بچوں کی طرح لڑتا جھگڑتا یا رونا شروع کر دیتا اور بھوک کو تھوڑی دیر کے لیے بھی برداشت نہ کر سکتا تھا۔ کھانا اگر سامنے پڑا ہوتا تو البتہ کچھ دیر کے لیے جبر کر لیتا تھا۔ اُس کا چلنا پھرنا دل کی حرکت بند ہو جانے کے ''بے معنی خوف'' کے باعث بند ہو گیا تھا اگر کہیں جانا ہوتا تو ہمیشہ ٹالنے کی کوشش کرتا اگر مجبور ہو جاتا تو اپنے والد یا کسی دوسرے بزرگ کو ساتھ لے کر جاتا۔ پیدل چلنے پھرنے سے بہت گھبراتا چنانچہ تھوڑی دور جانے کے لیے بھی سواری کا انتظام کرنا پڑتا تھا۔ کام میں دلچسپی بہت کم ہو گئی تھی اس لیے جم کر نہ بیٹھ سکتا۔ خرابیِ صحت کی بنا پر دفتر سے بھی علیحدہ کر دیا گیا تھا۔ کئی لوگ ایسی ہی نفسیاتی رکاوٹ کی وجہ سے اپنے کام کاج میں دلچسپی نہیں لے سکتے اور ہر قسم کا شغل انھیں تسکین بخشنے کی بجائے ایک مصیبت کا باعث بن جاتا ہے، اس لیے وہ ہمیشہ انھیں ٹالنے کی کوشش کرتے رہتے ہیں اگر مجبوراً کچھ کرنا ہی پڑ جائے تو مناسب طور پر نہیں کر سکتے بلکہ شدید تھکان اور بعض اوقات متلی بھی محسوس کرتے ہیں اگر کوئی ہسٹیریا کا مریض ہو تو اس میں اس نوعیت کی اعصابی علامات پیدا ہو جاتی ہیں کہ وہ کام ترک کر دینے پر مجبور ہو جاتا ہے اگر وہ مرض وہم حاوی میں مبتلا ہو، تو اپنے

منتشر خیالات کے باعث اپنی توجہ کسی تعمیری یا مفید کام پر مرکوز نہیں کرسکتا۔ بے کار وقت ضائع کرتا یا ایک ہی کام کو بار بار کرتا رہتا ہے۔ اسی قسم کی اور بہت سی مثالیں دی جاسکتی ہیں، جن سے بخوبی ظاہر ہوتا ہے کہ ''نفسیاتی رکاوٹ'' ایگو کی بندش کا عملی اظہار ہوتی ہے۔ اس لیے ان مریضوں کا ایگو اتنا توانا اور آزاد نہیں ہوتا کہ اپنی مرضی سے جو بھی چاہے کرسکے۔ اس کمزوری اور بندش کے کئی اسباب ہوسکتے ہیں۔ تجزیۂ نفس سے ظاہر ہوتا ہے کہ اگر چلنا پھرنا، لکھنا، پڑھنا اور بولنا وغیرہ نفسیاتی طور سے رُک جائے تو ان جسمانی اعضاء، مثلاً ٹانگوں، پاؤں، انگلیوں، زبان وغیرہ کی حرکات کچھ لاشعوری معنے اختیار کرلیتی ہیں یعنی ان حرکات کے معنے شعوری اور صحیح نہیں رہتے بلکہ کچھ اور ہی ہوجاتے ہیں اور ان کا تعلق لاشعوری تصورات کے ساتھ قائم ہوجاتا ہے، اس لیے مریض کا ایگو سپرایگو کی نکتہ چینی سے بچنے کے لیے ان اعضاء کی حرکات ہی کو بند کردیتا ہے۔ کئی ایسی نفسیاتی رکاوٹیں بھی ہوتی ہیں، جن کا مقصد اس کے سوا اور کچھ نہیں ہوتا کہ مریض اپنے آپ کو سزا دے۔ اس لیے مریض ہر فائدہ مند یا تسکین دہ کام سے کسی نہ کسی بہانے گریز کرتا ہے اور اپنے آپ کو ایک محرومی کی کیفیت میں رکھتے ہوئے دوسروں سے حسد کرتا رہتا ہے۔ مریض کو ایگو کا ایسا طرزِ عمل جو اس کی کاروباری سرگرمی میں مائل ہو، سپرایگو کے خوف کے مارے پیدا ہوجاتا ہے اور بے کس ایگو سپرایگو کے ساتھ تصادم ہونے سے بچنے کے لیے اپنی حالت بہتر بنانے کی خواہش کرنا ہی چھوڑ دیتا ہے کیونکہ ایسی خواہشات کو سخت گیر سپرایگو نے ممنوع قرار دے رکھا ہوتا ہے۔

اگر آدمی رنج و غم کی حالت میں ہو یا کسی جذبے کو بہت شدت کے ساتھ دبایا جائے یا مسلسل جنسی خیالات کے طوفان کو دبانے کی کوشش کی جائے تو ایگو کی بہت سی قوت اسی جدوجہد میں صَرف ہوجاتی ہے۔ ان حالات میں ذہنی قوت کے اس بے کار اخراج کی وجہ سے بہت سی دلچسپیاں عارضی طور پر مدہم پڑ جاتی ہیں یا کشمکش بڑھ جانے سے بالکل بند ہوجاتی ہیں، جیسے کہ کسی تاجر کی ساری کی ساری پونجی مختلف کاموں میں تقسیم ہوگئی ہو۔ اس قسم کی عارضی نفسیاتی رکاوٹ ایک اور مثال سے بھی بخوبی ظاہر ہوتی ہے۔ ایک نوجوان مریض اپنی بیوی سے بہت دب کر رہتا اور باوجود سخت بے عزتی کروانے کے اُسے خوش رکھنے کی بے حد کوشش کرتا

تھا۔ جب اُس کی بیوی اُس سے لڑتی جھگڑتی تو بجائے غصے میں آنے کے، وہ سخت قسم کی جسمانی تھکاوٹ محسوس کرتا تھا جیسے اس پر منوں بوجھ پڑ گیا ہو۔ اس طرح جسم اور ٹانگوں کی تھکان اور بھاری پن کے احساس سے اس کے لیے چلنا پھرنا ناممکن ہوجاتا اور ساتھ ہی تمام کاروبار بھی بند ہوجاتا تھا۔ اس کیفیت کے باعث وہ بہت ذہین اور اپنے کام میں ماہر ہونے کے باوجود زندگی میں کامیاب نہ ہوسکتا تھا۔ ان علامات کو جسمانی کمزوری سمجھ کر وہ کئی برس طاقت پیدا کرنے والی دوائیں کھاتا رہا مگر یہ کمزوری نہ اس طرح دور ہوسکتی تھی نہ ہوئی۔ بعض اوقات ایسی نفسیاتی رکاوٹ زیادہ بڑھ جائے تو مالیخولیا کی علامات بھی پیدا ہوجاتی ہیں۔ اب ہم نتیجے کے طور پر یہ کہہ سکتے ہیں کہ نفسیاتی رکاوٹیں یہ ظاہر کرتی ہیں کہ ایگو کے مناسب طرزِ عمل پر پابندی عائد ہوچکی ہے۔ یہ پابندی پیش بندی کے طور پر عائد ہوتی ہے یا تدارک کے طور پر ایگو کی قوت گھٹ جانے پر۔ یہ صرف کوائفِ مرض کے ذریعے معلوم ہوسکتا ہے۔

اب ہم ''نفسیاتی علامات''(Symptoms) اور ''نفسیاتی رکاوٹ''(Inhibition) کے باہمی فرق کو اس طرح بیان کرتے ہیں کہ ''نفسیاتی علامت مرض'' اُس تسکین کی ''نشانی'' یا ''بدل'' ہوتی ہے، جو لاشعوری دباؤ کی وجہ سے کھٹائی میں پڑ گئی ہو۔ اس لاشعوری دباؤ کو مریض کا ایگو ایک تو بذاتِ خود سپرایگو کے حکم کے مطابق پیدا کرتا ہے۔ دوسرا اس کے خوف کے مارے جبلی جذبے کے ساتھ کسی قسم کا تعاون یا ہمدردی نہ رکھتے ہوئے، اس کی تسکین کے لیے کسی عمل میں شریک کار بننے سے بھی صاف انکار کردیتا ہے۔ ان حالات میں جب ایگو ایسے کسی خیال کو جس کا تعلق جبلت کے ساتھ ہو، شعور میں داخل ہونے نہیں دیتا تو مریض اس کی موجودگی اور تسکین حاصل کرنے کی ضرورت تک محسوس نہیں کرتا۔ تجزیۂ نفس کی تحقیقات سے واضح ہوا ہے کہ ایسے دبے ہوئے خیالات عموماً لاشعور کا حصہ بن کر زندہ رہتے ہیں اور جبلی ہیجانات جو عام حالات میں شعور میں آکر تسکین پاتے اور مسرت کا باعث بنتے ہیں، لاشعوری دباؤ کی وجہ سے اذیت میں تبدیل ہوجاتے ہیں چونکہ جذبات دبائے نہیں جاسکتے، اس لیے جب انھیں صحیح راستہ نہیں ملتا، تو وہ اپنے اخراج کے لیے کوئی دوسرا راستہ اختیار کرلیتے ہیں لیکن یہ راستہ جو عموماً جسم کا کوئی دوسرا عضو ہوتا ہے، قدرت نے اس مقصد کے لیے نہیں بنایا ہوتا۔

اس لیے جب اس طرح وہ کسی دوسرے جسمانی عضو کا ناجائز استعمال کرتے ہیں تو اس مداخلت کی وجہ سے اُس عضو کے صحیح طرزِ عمل میں خلل آنا شروع ہو جاتا ہے یا وہ اپنا کام بند کر دیتا ہے۔ اس لیے یہ مداخلت تکلیف کا باعث بن جاتی ہے۔ اس صورت میں ذہنی علامات پیدا نہیں ہونے پاتیں اور مریض اپنی تکلیف کو جسمانی سمجھتے ہوئے اس کا علاج کراتا رہتا ہے۔ مثلاً ایک مریضہ جس کی جنسی زندگی، لاشعوری دباؤ زیادہ ہونے کی وجہ سے خاطر خواہ نہ تھی، اکثر مختلف جسمانی تکلیفوں میں مبتلا رہتی تھی اگر آنکھوں کے درد میں کچھ افاقہ ہوتا تو ٹانگوں کا درد ناقابلِ برداشت بن جاتا۔ منتشر خیالات سے اکثر دردِ شقیقہ ہو جاتا اگر اس میں کچھ کمی واقع ہوتی، تو پیچش کی شکایت شروع ہو جاتی۔ کچھ بھی نہ ہوتا تو زندگی کی بے ثباتی کے خیالات پریشان کرتے رہتے تھے۔ جس جبلی جذبے کے صحیح اظہار سے اُس کو جنسی تسکین لطف و خوشی حاصل ہونی تھی، وہ لاشعوری دباؤ اور احساسِ گناہ کی وجہ سے، اُس کے لیے وبالِ جان بن گیا تھا۔ جب بھی اِڈ میں سے یہ جذبات اُبھرتے تو بجائے اُن کو محسوس کرنے کے مختلف اعصابی علامات پیدا ہو جاتی تھیں یعنی جب ایگو لاشعوری دباؤ کے ذریعے اِڈ کے جوشیلے جذبات کو دباتا یا ان کا رخ کسی دوسرے عضو کی طرف پھیرتا تو جبلی جذبات کا اظہار شعور میں جذبات کی شکل میں ہونے کی بجائے علامات کی شکل میں ہوتا۔ ہم یوں بھی کہہ سکتے ہیں کہ لاشعوری دباؤ کی وجہ سے اِڈ کے فطری جوشیلے جذبات کا اظہار کسی عمل کی شکل اختیار نہیں کر سکتا بلکہ ایگو ان کو دبانے یا علامات پیدا کرنے میں کامیاب ہو جاتا ہے۔ اس سے ظاہر ہے کہ اِڈ پر ایگو کے اختیارات بہت وسیع ہوتے کیونکہ صرف ایگو کے ذریعے ہی اندرونی و بیرونی حقیقت کے ساتھ براہِ راست تعلقات رکھے جا سکتے ہیں۔

ایگو اپنے آپ کو جس طرح بیرونی خطرات سے بچاتا ہے بالکل ویسے ہی اندرونی خطرات سے بچاتا ہے۔ ہم دیکھتے ہیں کہ بیرونی خطرے سے بچنے کے لیے انسان ہمیشہ بھاگنے کی کوشش کرتا ہے۔ اس کا پہلا کام تو اپنی نظروں کو خطرناک چیز سے ہٹانے کا ہوتا ہے اور پھر سر پر پاؤں رکھ کر اتنی دور بھاگ جانا چاہتا ہے کہ وہ چیز نظروں سے اوجھل ہو جائے۔ لاشعوری دباؤ کا طریقہ بھی بعینہٖ اندرونی خطرے سے اس طرح بھاگنے کے مساوی ہوتا ہے۔ پہلے ایگو

اپنی دلچسپی جبلی جذبے کے شعوری خیال سے ہٹا لیتا ہے تاکہ شعور میں یہ جذبہ محسوس ہی نہ ہونے پائے اور پھر اس جذبے کو خوف کے اظہار کے لیے استعمال کرتا ہے۔ خوف صرف اس وقت پیدا ہوتا ہے جب کسی جذبے میں شدت پیدا ہو جائے۔ یہی شدت ایگو کو مجبور کرتی ہے کہ اسے دبا دے تاکہ وہ کہیں اپنی قدیم وحشیانہ صورت میں نہ پھوٹ پڑے۔ لاشعوری دباؤ کی حالت میں خوف نئے سرے سے پیدا نہیں ہوتا، بلکہ یہ جذباتی کیفیت بچپن کے اس نمونے کے مطابق ہوتی ہے۔ جس کی یاد لاشعور میں تازہ رہتی ہے۔ یہ جذباتی کیفیت ابتدائی صدمات کی وجہ سے ذہن میں دب جاتی مگر زندہ رہتی ہے اور بعد میں جب بھی مشابہ حالات پیدا ہوتے ہیں تو یہی کیفیت پھر سے محسوس کی جاتی ہے لیکن مریض یہ سمجھتا ہے کہ اس کی یہ حالت جدید حالات کے باعث ہے، اس لیے ان کو درست کرنے کی کوشش کرتا رہتا ہے۔ اسی طرح ہسٹیریا کے دورے بھی بھولی بسری یادوں کو علامات کی شکل میں دہراتے رہتے ہیں۔

جس جبلی جذبے کو تعصب کے مارے دبا دیا جاتا ہے وہی علاماتِ مرض پیدا کرتا ہے اگر ایگو ایسے جذبات کو پورے طور پر دبانے میں کامیاب ہو جائے تو شعور میں اس کا احساس تک نہیں ہوتا۔ ان کے متعلق صرف اس وقت پتہ چلتا ہے جب دباؤ نہ رہنے سے یہ جذبات اپنی قدیمی وحشیانہ صورت میں اپنا اظہار اور تسکین چاہتے ہیں لیکن ایگو ان کے خوفناک نتائج سے ڈرتے ہوئے ان کا رجحان بدل دیتا ہے۔ اس لیے وہ دینے کی بجائے اپنا ''بدل'' ڈھونڈ لیتے ہیں لیکن یہ ''بدل'' جس کی شکل بہت بری طرح مسخ شدہ ہوتی ہے، کسی قسم کی تسکین نہیں بخش سکتا۔ نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ جس جذبۂ زندگی کو اپنے صحیح اظہار کے ذریعے اختیار کر لیتا ہے، اسی طرح زندگی میں مسرت اور تسکین دینے والا جذبہ علامات کی ایک ذلت آمیز پستی میں ''بدل'' یا قائم مقام طرزِ عمل کا اظہار بھی بند ہو جاتا ہے اگر جذبات کی شدت کی وجہ سے یہ بھی ممکن نہ ہو تو جذبات مجبوراً اپنا اخراج جسم میں مختلف تبدیلیاں پیدا کر کے کر سکتے ہیں۔ احساسِ گناہ کے مارے ان کو یہ اجازت بھی نہیں ملتی کہ بیرونی دنیا کے ساتھ کسی قسم کا تصادم پیدا کر کے اس دبے ہوئے جذبے کو خارج کر سکیں، اس لیے وہ کسی بیرونی سرگرمی میں بھی تبدیل نہیں ہو سکتے جیسا کہ ہم جانتے ہیں لاشعوری دباؤ کی حالت میں ایگو کا طرزِ عمل بیرونی حقیقت کے زیرِ اثر ہوتا

ہے۔ اس لیے ان قائم مقام خیالات و جذبات کے طرزِ عمل کو بھی حقیقت میں کسی قسم کا اثر ڈالنے سے محروم کردیا جاتا ہے۔ جس طرح ایگو حقیقت کے طرزِ عمل پر مسلط ہوتا ہے۔ اسی طرح شعور میں بھی مذکورہ خیالات و جذبات کی رسائی کو قابو میں رکھتا ہے۔ گویا ایگو لاشعوری دباؤ کی حالت میں اپنی طاقت کا مظاہرہ دونوں طرح کرتا ہے۔ جبلی جذبات کے ساتھ اس کا سلوک ایک انداز کا ہوتا ہے اور قائم مقام جبلی جذبات اور ان کے طرزِ عمل کے ساتھ دوسرے انداز کا طرزِ عمل رکھا جاتا ہے۔

گو لاشعوری دباؤ ایگو کی قوت کو ظاہر کرتا ہے لیکن ایک لحاظ سے اس کی کمزوری کو بھی افشا کردیتا ہے۔ اصولی طور پر جن جبلی خواہشات کو دبایا جاتا ہے، وہ ذہن کے شعوری حصہ سے بالکل منقطع ہو کر علیحدگی اختیار کرلیتی ہیں اور اپنے آپ کو ایگو کے دائرہ عمل سے باہر اور اپنی انفرادیت کو برقرار رکھتے ہوئے غیر مؤثر ہوجاتی ہیں جیسے کہ کوئی بیرونی چیز مثلاً بندوق کی گولی، کانٹا وغیرہ جسم میں دھنس کر اپنی جگہ بنالیتا ہے۔

بعض اوقات یہ بھی مشاہدے میں آیا ہے کہ ذہنی کشمکش، جو ناگوار جبلی خواہشات کی وجہ سے پیدا ہوتی ہے کسی جسمانی علامت میں نمودار ہوجانے سے ختم ہوجاتی ہے اور مریض کو جسمانی تکلیف کے عوض ذہنی سکون میسر آجاتا ہے۔ اس قسم کے تصفیہ کے عمل کو ''اعصابی ہسٹیریا''(Conversion Hysteria) کہتے ہیں۔ اس میں ایگو پوری کوشش کرتا ہے کہ تصفیہ کی یہ صورت قائم رہے تاکہ ذہنی کشمکش پھر سے پیدا نہ ہونے پائے کیونکہ اعصابی تکلیف کی نسبت یہ بہت زیادہ ایذا رساں ہوتی ہے۔ اس کے علاوہ ایگو علامات کے ذریعے بہت سے فائدے اُٹھاتا ہے۔ اس لیے بھی ان کو اپنا لیتا ہے اور چھوڑنے کا نام نہیں لیتا۔ چنانچہ علاج کے دوران میں بھی مختلف طریقوں سے رکاوٹیں پیدا کرتا رہتا ہے۔ یہ امر بالکل واضح ہے کہ ان علامات کو برقرار رکھنا مریض کی بہت سی پیدائشی خصوصیات کو دبائے رکھتا ہے۔ جس کی وجہ سے مریض کو اپنی بہت سی خوبیوں کا پتہ بھی نہیں چلنے پاتا۔ وہ اپنے آپ کو ایک عام ''بیمار انسان'' سمجھتے ہوئے زندگی بسر کرتا ہے۔ یہاں تک کہ ایگو تکلیفیں اُٹھانے کا عادی بن جاتا ہے اور اپنی بڑھتی ہوئی تکلیف کی وجہ سے بدنصیبی کا ایک مجسمہ بن کر رہ جاتا ہے۔ اسے یوں محسوس ہوتا ہے

جیسے زندگی بذاتِ خود ایک بہت بڑا گناہ ہے، اس لیے اسے بسر کرنے کے لیے بھی تکلیفوں کے ذریعے کفارہ ادا کرنا بہت ضروری ہے۔

وہم حاوی اور پیرانویا کے امراض میں علاماتِ مرض جو شکل اختیار کرتی ہیں وہ ایگو کے لیے قابلِ قدر اور قیمتی بن جاتی ہیں کیونکہ ان کے ذریعے ایگو نہ صرف کچھ فوائد حاصل کرتا ہے بلکہ اس کی نرگسیت بھی ایسی تسکین پاتی ہے جو عام حالات میں نہیں مل سکتی۔ وہم حاوی کا مریض علامات کا جو نظام یا سلسلہ ترتیب دیتا ہے، وہ اس کی خود پسندی کو بھی بہت تقویت پہنچاتا ہے۔ مثلاً زیادہ مہذب ہونا، نماز کی مجنونانہ پابندی، بے حد رحم دل ہونا، ضرورت سے زیادہ صاف ستھرا رہنا وغیرہ، اس میں دوسروں سے برتر ہونے کا احساس پیدا کرتا ہے۔ اس لیے وہ ان عادات کو چھوڑنے کا نام تک نہیں لیتا۔

پیرانویا کے مریض کے مغالطہ آمیز اور غلط نظریات، اس کی بہت تیز قوتِ احساس و تصور کو ایسا میدانِ عمل عطا کرتے ہیں جو آسانی سے کہیں اور میسر نہیں آسکتا۔ مریض کے اس رویے کو ''بیمار رہنے کے فوائد''(Epinosic Gain) کہا جاتا ہے۔ اس لیے تجزیہ کار علامات کے خلاف جب بھی ایگو کی مدد کرنا چاہتا ہے تو وہ صاف طور پر محسوس کرتا ہے کہ علامت اور ایگو کے درمیان جو مفاہمت ہوچکی ہے، وہ ایک دیوار کی طرح حائل ہورہی ہے جسے توڑنا کچھ آسان کام نہیں۔

مرض وہم حاوی کی علامات دو قسم کے ایسے گروہوں کی صورت میں ظاہر ہوتی ہیں جو باہم مخالف ہوتے ہیں۔ ایک گروہ میں علامات کی شکل ممانعت، پیش بندی، تدارک، تلافی یا کفارہ وغیرہ کی ہوتی ہے یعنی کہ اس کا امتیازی نشان، تنسیخ کرنا(Negative) ہے۔ دوسرے گروہ میں علامات ''متبادل تسکین''(Substitutive Gratification) کی شکل میں ظاہر ہوتی ہیں یعنی اپنی شکل بدل کر رونما ہوتی ہیں۔ ان دونوں میں سے علامات کا ''تنسیخی گروہوں'' (Negative Group) بیماری کے آغاز میں ظاہر ہوتا ہے لیکن جوں جوں بیماری بڑھتی ہے تو باوجود سخت تکلیف اُٹھانے کے ''تسکین دہ گروہ''(Gratificatory Group) حاوی ہونا شروع ہوجاتا ہے اگر یہ دونوں گروہ آپس میں مل جائیں تو پہلی علامات جو ''ممانعت'' کے طور

پر استعمال کی جاتی تھیں، اب تسکین وہ بن کر علامات کی تشکیل کی کامیابی کا ثبوت دیتی ہیں۔
اس سے ظاہر ہے کہ مرض وہم حاوی کی علامات کے دو پہلو ہیں۔ پہلے ایک قسم کی حرکت جو کسی حکم امتناعی کی تعمیل میں فوری طور پر عمل میں لائی جاتی ہے۔ پھر کوئی دوسری حرکت جو اس کی جگہ عمل میں آ کر پہلی حرکت کو روکتی یا اُس کے اثرات کو زائل کرنے کی کوشش کرتی ہے۔ بعض اوقات پہلی حرکت عمل میں آنے نہیں پاتی کہ دوسری شروع ہو جاتی ہے۔

ہسٹیریا کی طرح مرض وہم حاوی بھی بلاشک وشبہ ان حالات ہی میں پیدا ہوتا ہے جن میں جبلی خواہشات کو دبایا جاتا ہے۔ درحقیقت مرض وہم حاوی کی تہہ میں بھی ہسٹیریا کی علامات کارفرما ہوتی ہیں جو بہت چھوٹی عمر میں پیدا ہو جاتی ہیں لیکن بعد میں خاص قسم کے حالات کے ماتحت دوسرا رُخ اختیار کر جاتی ہیں، ان مریضوں کی جنسی نشوونما میں رکاوٹ پیدا ہو جانے کی وجہ سے بلوغی جنسی تسکین حاصل کرنے کا مادہ نہیں رہتا۔ اس لیے جب بھی وہ خواہش محسوس کرتے ہیں تو 'جنسی تنزل' (Regression) کی وجہ سے وہ فوراً ہی اس جبلت کا اظہار بچوں کی طرح دوسروں کو اذیت پہنچانے میں دلچسپی لے کر کرتے ہیں لیکن اس طریق اظہار کے ذریعے بچپن کی جنسی خواہش کو پورا کرنا بالغ ایگو کے لیے قابل قبول نہیں ہوتا۔ اس لیے یہ رویہ ان کے اندر کشمکش اور احساس گناہ کا باعث بنتا ہے۔ جبلت جنس کی نشوونما میں رکاوٹ کے مختلف اسباب ہوتے ہیں۔ جن میں ایک بہت اہم سبب یہ ہے کہ ان لوگوں کو بچپن میں جبلت تشدد کے مناسب اظہار کی اجازت نہیں ملی ہوتی۔ مثلاً کھلونے توڑنے پھوڑنے اور دوسرے تشدد پسندانہ کھیلوں سے بہت سختی کے ساتھ روکا جاتا ہے۔ اس کے علاوہ ان کو مہذب بنانے کے لیے بھی بڑوں کے اخلاقی معیار کے مطابق تربیت دی گئی ہوتی ہے۔ گویا ان پر چھوٹی ہی عمر میں اس تہذیب کا اس قدر بوجھ ڈالا جاتا ہے کہ اُن کی جذباتی پرورش ہی روک دی جاتی ہے اور ان کا کم سن ایگو تشدد کے مناسب اظہار سے توانا اور بلند حوصلہ ہونے کی بجائے کمزور اور بزدل بن جاتا ہے۔

وہم حاوی کا مرض عموماً ''عہد خوابیدہ'' (Latency Period) میں شروع ہوتا ہے۔ اسی زمانہ انقلاب و ہیجان میں سپر ایگو کی تشکیل ہوتی ہے اور ایگو میں اخلاقی و جمالیاتی

معیار قائم کیے جاتے ہیں۔ جن مریضوں کا ہم ذکر کر چکے ہیں اُن سب کا یہ زمانہ بہت کٹھن گزرا تھا۔ اُن کی جبلتیں جو شروع میں بالکل صحیح طور پر پرورش پا رہی تھیں۔ والدین کی ناجائز پابندیوں اور سخت گیری کی بدولت اپنی نشوونما تکمیل کو نہ پہنچانے سے پختگی حاصل نہ کر سکیں۔ چنانچہ معمولی سی محرومی بھی ان میں ذہنی تنزل پیدا کر دیتی اور وہ فوراً ہی بچپن کے طریق اظہار پر اُتر آتے تھے۔ اس ذہنی تنزل کی وجہ سے جبلت محبت وتشدد کے جذبات کی آمیزش نہ ہو سکی جو جبلی نشوونما کی تکمیل سے مکمل ہو جاتی ہے اور جو ایک دوسرے پر قابو پانے اور ذہنی صحت برقرار رکھنے کے لیے نہایت ضروری ہے۔ اس کا اثر یہ ہوا کہ غیر مہذب جذبات کو دبانے کے لیے سپر ایگو کی تشکیل ہوئی اور پھر اسی جذبہ تشدد نے اس سپر ایگو کو اور بھی زیادہ سخت گیر بنا دیا۔ ان حالات میں سپر ایگو کے حکم کے مطابق ایگو نے متضاد قسم کے خیالات و جذبات مثلاً پابندیٔ اصول، دردمندی اور صفائی پسندی وغیرہ کی اہمیت کو بہت بڑھا چڑھا کر غیر مہذب جذبات کو دبانے کی کوشش کی تاکہ سپر ایگو کی خوشنودی حاصل کر سکے لیکن کامیابی حاصل نہ کر سکا۔

مرض وہم حاوی میں ایگو اپنے بچاؤ کے لیے متضاد قسم کے خیالات بالکل ویسے ہی پیدا کر لیتا ہے، جیسے ''ذہنی تنزل'' یا ''دباؤ'' سے پیدا ہوتے ہیں۔ ہسٹیریا میں ایگو کے یہ حفاظتی طریقے بالکل نہیں ہوتے یا بہت کمزور ہوتے ہیں۔ چنانچہ عموماً حرف ''دباؤ'' تک ہی محدود رہتے ہیں جس کے ذریعے ایگو اپنی دلچسپی تکلیف دہ جبلی رجحانات سے ہٹا کر اُن کو لاشعور میں بلا روک ٹوک پورا کرنے کے لیے چھوڑ دیتا ہے۔

''عہد خوابیدہ'' (Latency Period) میں بچے کے لیے سب سے بڑا نفسیاتی کام یہ ہوتا ہے کہ اپنی بڑھتی ہوئی جنسی دلچسپی پر جس میں اپنے ہی بدن سے لذت اُٹھانے کی زبردست خواہش ہوتی ہے قابو پائے۔ اس زمانے میں یہ خواہش سخت قسم کی کشمکش پیدا کرتی ہے جس کی وجہ سے ایک سلسلہ علامات پیدا ہو جاتا ہے، جو مختلف لوگوں میں کم و بیش مخصوص طور پر نمایاں ہوتا ہے۔ اُن کا عام امتیازی نشان کسی نہ کسی شکل میں ''رسم پرستی'' ہے۔ مثلاً سونے سے پہلے خاص قسم کی تیاری کرنا بستر بچھانے کا خاص طریقہ، بار بار ہاتھ دھونا یا پاک و ناپاک کے چکر میں پھنس کر کئی دفعہ وضو کرنا۔ دھوبی کے دھلے ہوئے کپڑوں کو پھر سے دھو کر پاک کرنا

وغیرہ۔ ایک وہم حاوی کا مریض جو پاک و ناپاک کے چکر میں پھنسا ہوا تھا، بیوی کے ایام ماہواری کے دوران میں خود کو ناپاک ہو جانے کے خوف سے اُس کے ہاتھ کا کھانا نہ کھاتا اگر وہ کپڑوں کو چھو بھی دیتی تو فوراً بدل ڈالتا وغیرہ۔ ان وہمی حرکات کے علاوہ ان لوگوں میں کسی عمل کو بار بار دہرانے اور ضروری کام ملتوی کرتے رہنے اور آخری وقت میں جلدی جلدی کرنے کے رجحانات بھی بہت زیادہ پائے جاتے ہیں۔

سن بلوغ کے آغاز کا زمانہ مرض وہم حاوی میں خاص اہمیت رکھتا ہے۔ اس کے دوران میں جنسی نشوونما جو بچپن میں رُک گئی تھی از سرِ نو بڑی قوت کے ساتھ ظاہر ہوتی ہے لیکن اس ابتدا کی سمت کو صرف ابتدائی جنسی نشوونما ہی معین کرتی ہے۔ اس دوران میں نہ صرف بچپن کی تشدد پسندانہ خواہشات پھر سے تر و تازہ ہو جاتی ہیں بلکہ نئی جنسی قوت کے ہیجانات بھی وہی راستہ اختیار کر لیتے ہیں جو ذہنی تنزل کے ماتحت، ابتدائی بچپن اُن کے لیے تجویز کرتا تھا۔ اس کی وجہ سے جنسی قوت بھی جارحانہ اور تباہ کن رجحانات میں بدل جاتی ہے۔ پختہ جنسی رجحانات کا اس طور سے پوشیدہ ہونا اور ایگو میں متضاد قسم کے خیالات و جذبات کی موجودگی کا نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ جنسی جبلت کے خلاف جد و جہد اخلاقی اصولوں کے جھنڈے تلے شروع ہو جاتی ہے۔ جب اڈ کے ظالمانہ اور تباہ کن رجحانات شعور میں داخل ہونا چاہتے ہیں تو مریض بہت متعجب ہوتا ہے اور ان کو پسپا کر دیتا ہے کیونکہ شعوری طور پر اُسے وہم و گمان بھی نہیں ہوتا کہ ان کے ذریعے وہ اپنی جنسی خواہشات کا اظہار کر رہا ہے اور اُس کا سپر ایگو بھی یہ دیکھتے ہوئے کہ جنسی خواہش نے ایسی نفرت انگیز شکل اختیار کر لی ہے، اپنی سخت گیری کو زیادہ بڑھا کر اسے دبا دینے کی پوری کوشش کرتا ہے۔ اس طریقے سے مرض وہم حاوی میں ذہنی کشمکش دونوں ہی طرف بہت زیادہ بڑھ جاتی ہے یعنی سپر ایگو جتنا بھی متعصب اور غیر روادار ہو گا اُتنی ہی اڈ خواہشات بھی ناقابلِ برداشت ہوں گی۔ یہ دونوں اثرات صرف جنسی قوت (Libido) کے تنزل کی وجہ سے پیدا ہوتے ہیں۔

مرض وہم حاوی میں لاشعوری دباؤ کی وجہ سے خیالات عموماً مسخ شدہ شکل میں خواب کی طرح دھندلے، بے ہنگم اور بے ترتیب ہوتے ہیں یا اتنے زیادہ بگڑے ہوئے کہ پہچاننا

ناممکن ہو جاتا ہے۔ جہاں خیالات پر لاشعوری دباؤ کی مداخلت نہیں ہو سکتی وہاں لاشعوری ایگو ان کے متعلقہ جذبات کو ان سے جدا کر لیتا اور کسی دوسرے معمولی خیال کے ساتھ جوڑ دیتا ہے۔ مثلاً غصے کی حالت میں جارحانہ کارروائی ایگو کو ایک جذبے کی صورت میں محسوس نہیں ہوتی بلکہ کئی مریضوں کے بیان کے مطابق ''غصے کے محض خیالات سے ہوتے ہیں جن میں کوئی جذبہ نہیں ہوتا اور خود بخود ہی ذہن میں گھومتے رہتے ہیں۔''

لیکن حیرت انگیز بات یہ ہے کہ حقیقتاً اس طرح نہیں ہوتا بلکہ وہ متعلقہ جذبہ جو خیالات کے ساتھ پیدا نہیں ہوتا، کسی دوسری چیز کے ساتھ چسپاں ہو جاتا ہے۔ اس طرح اُس کی ذاتی اہمیت کم یا زیادہ ہو جاتی ہے۔ اس وجہ سے ایگو اپنے آپ کو بے قصور سمجھتے ہوئے بھی احساسِ گناہ محسوس کرتا ہے اور اسے دور کرنے کے لیے اپنے ناکردہ گناہوں کی تلافی مختلف قسم کی تکلیف اُٹھا کر کرتا رہتا ہے۔ ایگو کے اس رویے سے ظاہر ہے کہ اُس نے اڈ کی خواہشات کو دبا رکھا ہے تاکہ وہ کسی قسم کا مطالبہ نہ کر سکیں لیکن سپر ایگو کی رسائی ایگو تک بدستور قائم رہتی ہے۔ ایگو بعض اوقات سپر ایگو کے اثرات سے بچ بھی نکلتا ہے۔ یہ ایسی صورتوں میں ہوتا ہے کہ مرض وہم حاوی کی ایک خاص قسم میں ایگو احساسِ گناہ محسوس کرنے کی بجائے مختلف انداز میں اس کا کفارہ ادا کرتا رہتا ہے اور غیر شعوری طور پر اپنے اوپر ایسی ایسی بندشیں عاید کرنا شروع کر دیتا ہے کہ مریض کی زندگی کا دائرۂ عمل بہت محدود ہوتا چلا جاتا ہے اور چند قسم کی جنونی حرکات کرنے کے سوا، اس کی زندگی کا اور کوئی مقصد نہیں رہتا۔

اس مرض میں علامات زیادہ تر یوں پیدا ہوتی ہیں کہ احساس محرومی کو برداشت نہ کرتے ہوئے فی الفور ''عوضی تسکین'' حاصل کرنے کی زبردست خواہش محسوس ہوتی ہے۔ آپ جانتے ہیں کہ یہ علامات مرض کے آغاز میں ایگو نے بندش کے طور پر پیدا کی تھیں لیکن بعد میں یہ ایگو کی تسکین کا باعث بننا شروع ہو گئیں۔ تجزیۂ نفس میں علامات کے دوسرے معنی ''علامات کا تسکین دہ ہونا'' زیادہ اہمیت رکھتا ہے۔ ابتدائے مرض میں یہ حفاظتی طریقے جس مقصد کے لیے استعمال کیے گئے تھے وہ مکمل طور پر ناکام ہو جاتا ہے، اس وجہ سے یہ طرزِ عمل ایگو کو بہت محدود اور مقید کر کے اس حد تک گرا دیتا ہے کہ وہ علامات ہی میں اپنی تسکین حاصل کرنا

چاہتا ہے۔ اس کا خوفناک اثر یہ ہوتا ہے کہ ایگو کے اندر قوتِ ارادی اور خود اعتمادی بالکل نہیں رہتی اور مریض کو معمولی سے معمولی فیصلہ کرنا بھی دشوار نظر آتا ہے۔ اڈ اور سپر ایگو کے درمیان سخت قسم کی کشمکش جو اس بیماری کے آغاز ہی میں نمایاں ہوتی ہے، اتنی زیادہ بڑھ جاتی ہے کہ ایگو مصالحت کرانے کے کام کو بھی سرانجام نہیں دے سکتا۔

وہم حاوی کے مرض میں ایگو جو حفاظتی طریقے استعمال کرتا ہے، ان میں سے قابلِ ذکر طریقہ یہ ہے کہ کیے ہوئے کام کو کسی دوسرے کام سے منسوخ کرنا۔ (Undoing what has been done) اور دوسرے جذبات کو ان کے متعلقہ خیالات سے علیحدہ کر دینا (Isolation)۔ پہلے طریقہ کو ہم ''طلسم اور تردید طلسم'' کا طریقہ بھی کہہ سکتے ہیں کیونکہ اس کے ذریعہ خیالات ہی میں پہلے کوئی کام کیا جاتا ہے اور پھر دوسری قسم کے خیالات میں بھی ان کے خیالی اثرات رفع کیے جاتے ہیں۔ حقیقت میں بھی ان مریضوں کا طریقہ یہی نہیں ہوتا کہ اپنی طلسمی قوت کے ذریعے کسی واقعہ یا کسی احساس وغیرہ کے اثرات بھک سے اڑا دیں بلکہ وہ ان سب واقعات کو یوں ''غائب'' کر دیتے ہیں جیسے وہ کبھی ظہور ہی میں نہ آئے ہوں۔ اسی طرح توہم پرست لوگ عموماً تعویز گنڈا اور جادو ٹونا یا کئی قسم کی رسوم کی ادائیگی سے حالات کو بہتر بنانے یا اُن کے بُرے اثرات کو دور کرنے کی کوشش کرتے رہتے ہیں۔

اب ہم ایگو کے اُس طرزِ عمل کی مزید تحقیق کرتے ہیں جس میں ''اوّل کام کو کسی دوسرے طریق سے منسوخ کرنے'' کا طلسمی طریقہ عمل میں لایا جاتا ہے۔ اس کے دو پہلو ہیں۔ ایک تو پہلے کوئی کام کرنا اور دوسرے اس کے اثرات کو کسی دوسرے کام سے منسوخ کر دینا اور یہ سمجھنا جیسے کچھ ہوا ہی نہ تھا، یعنی کہ دونوں ہی کو ''بے وجود'' بنا دینا۔ حالانکہ حقیقت میں دونوں ہی واقعات ظہور میں آئے ہوتے ہیں۔ جنونی رسوم کا دوسرا مقصد تنسیخ، لیکن پہلا مقصد ''پیش بندی'' ہوتا ہے تاکہ کسی واقعہ کو یا کسی واقعہ کے دہرائے جانے کو روکا جا سکے۔ ان دونوں طریقوں کا فرق آسانی سے دیکھا جا سکتا ہے۔

''پیش بندی'' کا طریقہ تو بہت معقول ہے لیکن کسی چیز کو دوسری چیز سے منسوخ کر کے اُس کو ''بے وجود'' بنانے کا عمل کچھ غیر معقول اور طلسمی سا معلوم ہوتا ہے۔ نفسیاتی مریض کسی

واقعہ کے خلاف براہِ راست کوئی قدم نہیں اُٹھا سکتا بلکہ اس سے اور اس کے اثرات سے بالکل انجان بننے کی کوشش کرتا ہے۔ ''جیسے کچھ بھی نہ ہوا ہو۔'' یہاں تک کہ ماضی کے واقعات کو بھی ''بے وجود'' ثابت کرنے کی فکر میں لگا رہتا ہے لیکن جب وہ اپنی جنونی حرکات کے ذریعے ان کے اثرات کو زائل کرنے کی کوشش کرتا ہے تو وہ حرکات اکثر متضاد قسم کا مقصد پورا کرتی ہیں، جس سے ذہنی اذیت اور بھی بڑھ جاتی ہے اگر کوئی کام جنونی مریض کی مرضی کے مطابق نہیں ہوتا تو بجائے اس کے کہ وہ اپنی محرومی کو برداشت کرے اُس کے ذہن میں اس کا خیال برابر گھومتا رہتا ہے۔ شاید اس اُمید میں کہ دہرانے کے طلسمی اثر سے وہ کام ہو جائے گا یا اس کا برا اثر منسوخ ہو جائے گا۔ اس لیے علامت کے پیدا کر لینے کا ایک بہت اہم مقصد یہ بھی ہوتا ہے کہ ماضی کے کسی صدمے کو ''بے وجود'' بنانے کی کوشش کی جائے۔

دوسرے حفاظتی طریقے جو مرض وہم حاوی میں، ایگو اپنے بچاؤ کے لیے استعمال کرتا ہے۔ انھیں ''علیحدگی'' (Isolation) کہتے ہیں۔ ہسٹیریا میں ایگو کسی صدمے کو لاشعور میں دبا کر بھلا ڈالتا ہے لیکن مرض وہم حاوی میں اُسے یہ کامیابی میسر نہیں آتی۔ اس لیے بھلانے کی بجائے وہ کسی واقعہ کے متعلقہ جذبے کو اس سے جدا کر دیتا ہے۔ اس کے علاوہ اُس کے متلازمی تعلق کو بھی جدا کر ڈالتا ہے یا اس متلازمی سلسلہ کو اس طریقے سے منقطع کرتا ہے کہ وہ بالکل علیحدہ نظر آتا ہے۔ اس لیے عام خیالات میں اس کا اظہار نہیں ہونے پاتا۔ اس طرح ''علیحدگی'' کے طریقے کا اثر بالکل ویسا ہی ہوتا ہے جیسا کہ لاشعوری دباؤ کے ذریعے بھول جانے کا ہوتا ہے۔ اس طریقے سے اُن عناصر کو جو ہمیشہ متلازمی طور پر اکٹھے نظر آتے ہیں، علیحدہ کر دیا جاتا ہے۔ اس لیے پہچاننا مشکل ہو جاتا ہے۔

مرض وہم حاوی میں سپر ایگو اور اڈ کی باہمی کشمکش جو سخت قسم کا ذہنی کھچاؤ پیدا کرتی ہے، ایگو کو بہت چوکنا بنائے رکھتی ہے۔ اس لیے وہ علیحدگی کے طریق کو بہت نمایاں طور پر استعمال میں لاتا ہے۔ جب کہ سلسلۂ خیالات چل رہا ہوتا ہے تو لاشعوری متضاد خیالات جو زبردستی ذہن میں داخل ہونا چاہتے ہیں۔ ایگو انھیں پیچھے دھکیلے رکھتا ہے چنانچہ اُسے ہر وقت چوکس اور جد و جہد کے لیے تیار رہنا پڑتا ہے۔ وہ اپنے حفاظتی طریقوں کو جو کہ علامات کی شکل میں ہوتے

ہیں اور زیادہ مضبوط بناتا جاتا ہے لیکن عملی طور پر وہ بالکل بے کار ثابت ہوتے ہیں کیونکہ ان کی حیثیت سوائے رسوم کی جنونی پابندی کے اور کچھ نہیں ہوتی۔ لاشعوری ایگو کا علیحدگی کے طریقے کو استعمال میں لانے کا مقصد یہ ثابت کرنا ہوتا ہے کہ اس کے ایسے خیالات و جذبات یا اعمال کے ساتھ کسی قسم کا تعلق نہیں ہے تاکہ وہ ذہن میں داخل ہو کر دوسرے خیالات کے ساتھ کوئی تعلق پیدا نہ کرنے پائیں۔

"بے معنی خوف" (Phobia) جبلی خواہشات اور سپر ایگو کی باہمی کشمکش کی وجہ سے پیدا ہوتا ہے جس کو کسی بیرونی چیز پر چسپاں کر کے یہ سمجھا جاتا ہے کہ وہی چیز خوف کا باعث ہے اور اگر اُس سے بچا جائے تو خوف پیدا نہ ہوگا جیسے کئی ڈرپوک بچے اندھیرے، بلی، کتے، گھوڑے وغیرہ سے بہت ڈرتے ہیں اور اُن سے دُور رہ کر اپنے آپ کو اس خوف سے بچا لیتے ہیں۔ اسی طرح مریض بھی ایسی ہی بے ضرر بیرونی چیزوں سے ڈرتا اور ان سے اپنے آپ کو دور رکھتا ہے۔ اس قسم کے "متبادل خوف" کے دو فوائد ہیں ایک تو اندرونی کشمکش ختم ہو جاتی ہے اور دوسرے ایگو کسی عوضی بیرونی چیز سے دُور رہ کر اس کے خوف سے بچ جاتا ہے۔ "بے معنی خوف" صرف خاص حالات میں ہی پیدا ہوتے ہیں اگر ایگو اپنے آپ کو اُن سے دور رکھے تو خوف پیدا نہیں ہو سکتا کیونکہ یہ صرف ان ہی حالات میں خطرے کا احساس پیدا کر سکتا ہے۔ اس لیے بعض حالات میں مریض اپنے اوپر گھر سے باہر نہ جانے کی پابندی عائد کر لیتا ہے تاکہ کوئی ایسی چیز نہ دیکھے نہ اس سے ڈرے لیکن ایسی احتیاط بالکل بے کار ثابت ہوتی ہے اور خوف میں دن بہ دن اضافہ ہی ہوتا چلا جاتا ہے۔

عموماً "بے معنی خوف" اُس وقت پیدا ہوتے ہیں جب انسان خاص حالات یا خاص مقام میں پہلی مرتبہ خوف زدہ ہوا ہو مثلاً اکیلے میں سڑک پر چلتے پھرتے یا گاڑی میں سفر کرتے وقت۔ بعد میں وہ ان جگہوں یا ان سے مشابہ دوسری جگہوں سے بھی ڈرنا شروع کر دیتا ہے چونکہ اصلی وجہ لاشعور میں دبی رہتی ہے۔ اس لیے "بے معنی خوف" ہی کو اصلی خوف سمجھ لیتا ہے اس طرح وہ اس قسم کے "بے معنی خوف" کے ذریعے اصلی خوف کو دور رکھنے میں کوشاں رہتا ہے لیکن یہ پھر بھی پیدا ہوتے ہیں اور ان کا حلقۂ عمل زیادہ وسیع ہوتا جاتا ہے۔ چنانچہ مریض اپنے

آپ کو زیادہ سے زیادہ مقید محسوس کرتا ہے اور ایگو کی یہ طرزِ فرار جتنی مستحکم ہو، اتنا ہی بچ نکلنا مشکل ہوتا جاتا ہے۔

مرض وہم حاوی کے بھی وہی اسباب درست معلوم ہوتے ہیں، جو "بے معنی خوف" کی کیفیت میں اضطراب کے متعلق دریافت کیے گئے ہیں۔ اس لحاظ سے وہم حاوی کو بھی اُنہیں معنوں میں سمجھنا کچھ مشکل معلوم نہیں ہوتا۔ ہم دیکھ چکے ہیں کہ اس مرض میں علامات کی اصل وجہ یہ ہے کہ ایگو واضح طور پر سپر ایگو سے خوف زدہ ہوتا ہے۔ سپر ایگو کی ایگو کے خلاف دشمنی ایک ایسے خطرے کا مقام پیدا کر دیتی ہے، جس سے فرار کے سوا اور کوئی چارہ نہیں ہوتا۔ اس لیے خوف ہمیشہ اندرونی ہوتا ہے بیرونی نہیں۔ ایگو اپنے سپر ایگو سے بالکل اس طرح ڈرتا ہے جیسے بچہ اپنے ظالم باپ سے خوف کھاتا ہے۔ بچپن میں باپ کی سخت گیری سپر ایگو کو جنم دیتی ہے لیکن بالغ ہونے پر سپر ایگو کا اندرونی خوف اخلاقی و سوسائٹی کے خوف کی صورت میں نمایاں ہوتا ہے۔ آدمی بجائے والد یا سپر ایگو سے ڈرنے کے سوسائٹی سے ڈرنا شروع کر دیتا ہے۔ مریض کا ایگو بھی اسی طرح اپنے اطاعت شعارانہ رویے سے سپر ایگو کے احکام، پیش بندی و تدارک کے طریقے۔ اعتراف اور کفارہ ادا کرنے وغیرہ کو اپنے اوپر عائد کر کے سپر ایگو کے قہر سے اپنے آپ کو بچا لیتا ہے اگر مریض کو ان جنونی حرکات سے روکا جائے تو وہ شدید بے قراری و اضطراب کا شکار بن جاتا ہے جو کہ بالکل "جذبۂ خوف" کے مساوی ہوتا ہے۔ اس سے ظاہر ہے کہ خوف سے بچنے کے لیے علاماتِ مرض پیدا کی جاتی ہیں یا ان کے ذریعے ایسے حالات سے بچا جاتا ہے جن سے خوف پیدا ہوتا ہو، اس لیے اس خوف کو پہچاننا اتنا آسان کام نہیں ہوتا۔ عام اصلاح میں ہم اس خوف کو اس طرح بیان کرتے ہیں کہ مریض کا ایگو سپر ایگو کی ناراضگی یا سزا کے ڈر یا پیار نہ ملنے کے خوف سے غیر محفوظ محسوس کرنے کو بہت خطرناک سمجھتا ہے۔ آخری تبدیلی جو سپر ایگو کے خوف سے ایگو میں پیدا ہوتی ہے، وہ موت کا ڈر ہے جو دراصل زندہ رہنے کے خوف ہی کی دوسری شکل ہوتی ہے۔ تقدیر کی قوت اور قسمت کے کھیل بھی درحقیقت سپر ایگو ہی کے خوف ہوتے ہیں جن کو ان نظریات میں ظاہر کیا جاتا ہے۔

یہ عموماً دیکھا گیا ہے کہ عورتوں کو ہسٹیریا اور مردوں کو وہم حاوی زیادہ ہوتا ہے کیونکہ

عورتوں میں فطرتاً پیار حاصل کرنے کے خواہش زیادہ ہوتی ہے۔ اس لیے پیار نہ ملنے کا خوف معمولی سی محرومی یا حسد محسوس کرنے سے فوراً پیدا ہو جاتا ہے لیکن حقیقت پسند عورتیں اسی پر آسانی سے قابو پا لیتی ہیں اگر وہ اس محرومی کو برداشت نہ کر سکیں تو ہسٹیریا کی علامات پیدا ہو جاتی ہیں۔ اسی طرح مردوں میں "بے معنی خوف" عموماً لاشعوری طور پر عضو تناسل کے کٹ جانے کے خوف سے پیدا ہوتے ہیں لیکن مرض وہم حاوی میں سپر ایگو کا خوف بہت نمایاں نظر آتا ہے۔

اگر ہم خوف کے جذبے کی بجائے اس کی تکلیف کو مدِ نظر رکھیں جو خوف سے پیدا ہوتی ہے تو ردِ عمل کے مندرجہ ذیل طریقے جو فرائیڈ نے اس قسم کی حالت بیان کرتے ہوئے لکھے ہیں۔ بالکل صحیح اور معقول معلوم ہوتے ہیں کہ کس طرح چار سال کی لڑکی اپنی گڑیا کے چھن جانے یا ٹوٹ جانے سے خوب روتی ہے۔ چھ سال کی عمر میں جب اُس کی استانی اُسے ڈانٹتی ہے اور سولہ سال کی عمر میں جب اُس کا چاہنے والا نوجوان اُسے دھوکا دیتا ہے اور پچیس سال کی عمر میں جب اُس کا بچہ فوت ہو جاتا ہے تو وہ اشک بار ہوتی ہے۔ یہ سب اسباب جو وقتاً فوقتاً اس کی ذہنی تکلیف کا باعث بنتے رہے۔ ان میں سے ہر ایک کا اپنا اپنا مناسب وقت تھا اور اُس وقت کے گزر جانے کے بعد اُن کے اثرات بھی ساتھ ہی غائب ہو جاتے رہے۔ صرف آخری مخصوص سبب آئندہ زندگی میں یاد آنے پر اُس کی تکلیف کا باعث بنتا رہا۔ یہ کچھ غیر فطری سا معلوم ہوگا اگر یہ لڑکی بڑی ہو کر اور بیوی اور ماں بننے کے بعد کسی بہت معمولی سی چیز کے کھوئے جانے یا ٹوٹ جانے پر واویلا شروع کر دے۔ بالکل اسی طرح نفسیاتی مریضوں کا رویہ سمجھیے۔ وہ اپنے تصورات ہی کو حقیقت سمجھتے ہوئے پریشان اور ناخوش رہتے ہیں، کیونکہ ذہنی تنزل کی وجہ سے اُن کے خیالات ان کو حقیقت کی طرح روشن نظر آتے ہیں حالانکہ وہ یہ بھی جانتے ہیں کہ اب وہ بڑے ہو چکے ہیں، اب اُن کے اندر اتنی طاقت پیدا ہو چکی ہے کہ وہ اپنے جذبات پر پوری طرح قابو پا سکیں یا ان کو مناسب حالات پیدا کر کے پورا کر سکیں اور اب وہ یہ بھی جانتے ہیں کہ زمانہ حال میں ایسی وحشیانہ سزائیں نہیں دی جاتیں، جن میں موت یا عضو تناسل کے کٹ جانے کا اندیشہ ہو، لیکن پھر بھی اُن کے رویے سے ایسا ظاہر ہوتا ہے کہ پرانی سزائیں

اب بھی دی جاتی ہیں اور قدیم خطرات جو خوف کا موجب بنا کرتے تھے، اب بھی موجود ہیں اس لیے خوف اور علامات کا طلسمی طریقہ اختیار کرنا اب بھی ضروری ہے۔

بچپن کے بہت سے "بے معنی خوف" مثلاً اندھیرے، اکیلے پن اور غیروں سے خوف زدہ ہونا، یا بلی، کتے، گھوڑے وغیرہ سے ڈرنا عموماً بڑے ہونے پر خود بخود ہی غائب ہو جاتے ہیں۔ اس طرح بہت سے دوسرے خطرات کی اہمیت بھی حقیقت پسند ہو جانے سے بہت کم ہو جاتی ہے یا بالکل ہی نہیں رہتی، لیکن چند خاص قسم کے اندیشے لاشعوری طور پر اپنی اہمیت کو برقرار رکھنے میں کامیاب ہو جاتے ہیں لیکن وہ بھی علامات پیدا ہو جانے سے بالکل دور ہو جاتے ہیں یا اُن کی شدت میں کمی آ جاتی ہے لیکن اس صورت میں علامات بذاتِ خود "متبادل خوف" بن جاتی ہیں۔ مثلاً عضو تناسل کے کٹ جانے کا لاشعوری خوف بڑی عمر میں آتشک و سوزاک کی بیماریوں کے خوف میں تبدیل ہو جاتا ہے یا جنسی کمزوری کے باعث جنسی تسکین ہی سے محروم رہنا پڑتا ہے۔ اسی طرح کئی بزدل معمولی خطرے کو بھی اندرونی خوف کے مارے برداشت نہیں کر سکتے۔ یہ سب وہی لوگ ہوتے ہیں جن میں بعد میں نفسیاتی علامات پیدا ہو جاتی ہیں۔

تجزیۂ نفس کے دوران میں ہمیشہ یہ کوشش کی جاتی ہے کہ مریض کے ایگو کے مختلف غیر شعوری حفاظتی طریقوں کو دور کیا جائے اور اُس کے اندر اتنی طاقت پیدا کی جائے کہ وہ بجائے جبلی خواہشات کو برا سمجھنے، اُن سے ڈرنے اور انھیں دبانے کے ان کو بالکل صحیح اور فطری سمجھے اور ان کی تسکین کے لیے حقیقت میں ایسے ذرائع ڈھونڈے، جو اخلاق اور سوسائٹی کے نقطۂ نظر سے بالکل صحیح ہوں۔ اس طرح زندگی ایک مجسمۂ کشمکش و غم بننے کی بجائے قابلِ قدر اور دلچسپ نظر آنی شروع ہو جاتی ہے۔ جسے کسی ایسے اعلیٰ کام اور خدمتِ خلق کے لیے مخصوص کیا جا سکتا ہے جس سے اصلی روحانی تسکین حاصل ہو سکتی ہے۔

اس طرح فرائیڈ نے لاشعور کی تحقیق کی اور ایسی ایسی ذہنی بیماریوں کے علاج دریافت کیے جنھیں پہلے بالکل لاعلاج سمجھا جاتا تھا۔